

సాయి వైబ్రియోనిక్స్ వార్తాలేఖ

www.vibrionics.org

“ఎప్పుడైతే నీ కంటికి ఒక రోగి కాని లేక మానసికంగా, శారీరికంగా దుర్బలత చెందిన మనిషి కానీ కనిపిస్తాడో, అదే నీ సేవకు స్థానమని తెలుసుకో”

... శ్రీ సత్యసాయి బాబా

సంపుటము 10 సంచిక 5

సెప్టెంబర్/అక్టోబర్ 2019

ఈ సంచికలో

☞ డా.జిత్ కే అగ్రర్వాల యొక్క డెస్క్ నుండి	1 - 2
☞ ప్రాక్టీషనర్ల వివరాలు	3 - 6
☞ వైబ్రో మిశ్రమాలు ఉపయోగించిన కేసుల వివరాలు	6 - 16
☞ ప్రశ్నలు జవాబులు	16 - 18
☞ దివ్య వైద్యుని దివ్య వాక్కు	18 - 19
☞ ప్రకటనలు	19
☞ అదనంగా	19 - 27

☞ డా.జిత్ కే అగ్రర్వాల యొక్క డెస్క్ నుండి ఖ

ప్రియమైన ప్రాక్టీషనర్లకు,

జన్మాష్టమి, అనగా భగవంతుడైన కృష్ణుడి పుట్టినరోజును, ఇటీవలే నిర్వహించుకోవడం జరిగింది. ప్రస్తుతం గణేష్ చతుర్థి మరియు ఓణం పండుగలు, ప్రశాంతి నిలయంలో అంగరంగ వైభోగంగా జరుపుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉన్నాయి. ఈ ప్రత్యేక ఉత్సవాల ద్వారా, మనలో ఉండే దివ్యత్వం యొక్క అందాన్ని వైభవాన్ని నిరంతరం గుర్తు చేసుకుంటాం. స్వామి మాటలలో “శ్రీకృష్ణ అవతారం ప్రపంచానికి ఒక శాశ్వతమైన సందేశాన్ని ఇవ్వడానికి ఉద్దేశించబడినది. కృష్ణుడు తన కోసం ఏమి కోరుకోలేదు. అలాగే తన కోసం ఏమీ దాచుకోలేదు. అంతా ప్రజలకి ధార పోసాడు. కృష్ణుడు కిరీటం లేని రాజు, రాజులకే రాజు. కృష్ణుడికి సొంత రాజ్యం అంటూ ఏదీ లేదు కానీ లక్షలాది మంది ప్రజల హృదయాలను పరిపాలించారు. ఈ అద్భుతమైన సత్యాన్ని కృష్ణ తత్వం ప్రకటిస్తుంది. మీరు లోతుగా విచారిస్తే, ప్రతీ అవతారం మానవాళికి ప్రత్యేకమైన సందేశాన్ని ఇవ్వడానికి మరియు నిర్దిష్ట లక్ష్యాన్ని నిర్వహించడానికి భూమిపైకి వచ్చిందని కనుగొనగలరు” -- జన్మాష్టమి సందర్భంగా భగవాన్ శ్రీ సత్య సాయి బాబా వారి ఉపన్యాసం సెప్టెంబర్ 1996. గణేశుడు మేధస్సు మరియు ఆత్మ సాక్షాత్కారానికి ప్రభువు, అన్ని అడ్డంకులను తొలగించేవాడు మరియు జ్ఞానానికి అధిపతి అయిన విద్యా స్వరూపుడు ఇతడే. అన్ని బాధలను మరియు ఇబ్బందులను తొలగించి స్వచ్ఛమైన హృదయం తో తనను ప్రార్థించే వారికి శాంతిని మరియు ఆనందాన్ని ఇస్తాడు.

ప్రియమైన అభ్యాసకులారా, మన వైబ్లియానిక్స్ సేవలో విజయం సాధించాలంటే, మనల్ని మనం పరివర్తన అనే సముద్రంలో ముంచి తేల్చాలి. మనలోని ప్రతి ఒక్కరిలో ఉన్న హీలింగ్ పవర్ ను ప్రవహింప చేయడానికి ఇది ఉత్తమమైన మార్గం. ఈ ప్రక్రియను అర్థం చేసుకోవడానికి మనము SAI అనే మాట లేదా మంత్రం కన్నా ఎక్కువ చూడవలసిన అవసరం ఏదీలేదు ---“S” అంటే స్పిరిట్సువల్ అనగా ఆధ్యాత్మిక మార్పు, “A” అంటే అసోసియేషన్ లేదా సంఘంలో మార్పు, | “ అంటే నేను అనగా వ్యక్తిగత మార్పు. కాబట్టి ఇది ఈ మూడింటి పరివర్తన యొక్క ప్రక్రియ. ఈ విధంగా మనం స్వార్థాన్ని విడనాడి మనలో ఉన్న పశు లక్షణాలను దూరం చేసుకుని విశ్వ శ్రేయస్సుకోసం అనంతమైన మూలము నుండి శక్తిని మన ద్వారా ప్రవహింప చేయవలసిన ఆవశ్యకత ఉంది.

స్వామి ఏం చెప్పారంటే “ఆత్మ సాక్షాత్కారం మానవ ఉనికి యొక్క లక్ష్యం. ఇది ఆత్మ విశ్వాసం, ఆత్మ సంతృప్తి, మరియు త్యాగం అనే మూడు దశల ద్వారా చేరుకోవాలి.” -- కొడైకెనాల్ లోని సాయి శృతి లో 12 ఏప్రిల్ 1996 న చేసిన ప్రసంగం నుండి. ఈ సందర్భంగా నేను నా స్వీయ అనుభవాన్ని మీతో పంచుకోదలిచాను. స్వీయ క్రమశిక్షణ తో కలిపి అంకితభావంతో చేసే సేవ --అభ్యాసకుడికి మరియు రోగికి కూడా అద్భుతమైన ఫలితాలను అందిస్తుంది. దీన్ని ఆచరణలో పెట్టాలంటే క్రమశిక్షణతో కూడిన జీవన శైలిని అనుసరించాల్సి ఉంటుంది -- అనగా నిర్ణీత సమయంలో ధ్యానం చేయడం, నియంత్రిత సమయంలో నిస్వార్థ సేవ చేయడం, ప్రీస్క్రిప్షన్ ప్రకారము ఖచ్చితంగా వైబ్లియానిక్స్ రెమెడీనిను మనకు మనమే తీసుకోవటం, మన పురోగతి మరియు విజయాలను రికార్డు చేయడం, రోజు వ్యాయామం చేయడం, నియంత్రిత ఆహారము మరియు శారీరక విశ్రాంతి మరియు నిద్ర, వర్తమానంలో జీవించడం మొదలగున్నవి. ఒక నిర్దిష్ట ప్రయోజనం కోసం నియమాలతో జీవితం గడపడం గురించి నేను నొక్కి చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. ఇది ఇప్పుడు ప్రతి ఒక్కరికి సాధారణ ప్రాతిపదిక అయ్యింది.

మన వైబ్లియానిక్స్ మిషను కు సంబంధించిన, కొన్ని కొత్త పోకడలను మీతో పంచుకోవడానికి నాకు ఎంతో ఆనందంగా ఉంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా వైబ్లియానిక్స్ పైన అవగాహన పెరుగుతోంది. ఇప్పటివరకు ఆఫ్రీకా ఖండంలో మనకు చాలా తక్కువ ప్రాతినిధ్యం ఉండేది కానీ ఈ సారి గురుపూర్ణిమ అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన AVP వర్క్ షాప్ లో శిక్షణ పొందటానికి గాబాన్, టెనిస్, మరియు దక్షిణ ఆఫ్రీకా నుండి అభ్యాసకులు రావడం ఒక పెద్ద మార్పు గా భావిస్తున్నాను. అనేకమంది అభ్యాసకులు మన యొక్క వార్తాలేఖ లో “అదనంగా అనే” విభాగంలో “ఇన్స్పిరేషనల్ కార్పర్” పరిచయం చేయాలనే కోరికను వ్యక్తం చేశారు, అక్కడ వారు తమ జీవితంలో పొందిన అసాధారణ అనుభవాలను (ఇవి రోగ చరిత్రలు కాదు) పంచుకోవచ్చు. స్వామి ప్రదర్శించిన లీలలు గాని లేదా వైద్యానికి సంబంధించిన అద్భుతాలనో, ఫోటోలనో మాతో పంచుకోండి. అభ్యాసకులు తమ అద్భుత అనుభవాలను పంచుకోవడం ద్వారా ఇతర అభ్యాసకులకు ప్రేరణాత్మకముగా ఉండాలన్నదే ఈ విభాగం యొక్క ప్రధాన ఉద్దేశ్యము. అభ్యాసకులను పెంచుకోవడం కోసం మరియు మన మిషన్ను విస్తృతపరిచే ఉద్దేశ్యంతో వైబ్లియానిక్స్ పుస్తకాలను అనేక భారతీయ భాషల్లోకి అనగా హిందీ, తెలుగు, తమిళం, మరాఠీ భాషలోనికి అనువాదం చేయడం కూడా కొనసాగుతోంది. ఈ స్థితిలో అభ్యాసకులునుండి ఇటువంటి సేవ స్వీకరించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నామని తెలియజేస్తున్నాము.

మన ప్రియతమ అభ్యాసకులు తాము చేసే నిస్వార్థ సేవా యత్నంలో సఫలీకృతులు కావాలని ఆకాంక్షిస్తూ నేను పైన తెలిపిన విషయాలకు ముగింపునిస్తున్నాను. స్వామి మీకు ఎంతో ఆనందాన్ని చక్కటి ఆరోగ్యాన్ని ఆత్మ వికాసాన్ని అందించాలని కోరుకుంటూ!

ప్రేమతో సాయి సేవలో మీ

జి.కె. అగర్వాల్

ఆ ప్రాక్టీషనర్ల వివరాలు బ

ప్రాక్టీషనర్ 03553...కెనడా

38 సంవత్సరాల వృత్తిపరమైన అనుభవంతో, కెనడా, ఆంటారియో లోని ఒక ఆసుపత్రిలో ఫిజియోథెరపీ డైరెక్టర్



గా రెండేళ్ల క్రితం వీరు పదవీ విరమణ చేశారు. 1986లోముంబైలోని ధర్మ క్షేత్రం లో స్వామి దర్శనం పొందిన తర్వాత వీరు స్వామి ఫోల్డ్ లోకి వచ్చారు. 1991 నుండి వీరు చురుకైన బాలవికాస్ గురువుగా ఉంటూ పిల్లలతో గడపడాన్ని అత్యంత విలువైన సమయంగా భావించేవారు. వీరు ఒక దశాబ్దానికి పైగా కెనడాలోని సత్యసాయి సేవా సంస్థ విద్యా విభాగం జాతీయ సమన్వయ కర్తగా ఉన్నారు.

యూఎస్ ఏ - కెనడా కోఆర్డినేటర్ 01339 చేసిన సోల్జర్స్ వీడియో ద్వారా వీరు 2015లో మొట్టమొదట వైబ్రియానిక్స్ గురించి తెలుసుకున్నారు. క్యాన్సర్ కారణంగా ఈమె అక్క మరణించిన సందర్భంలో ఈ వీడియో టాక్ ఆమె మనసులో ప్రతిధ్వనిస్తూ జీవితం గురించి సమాధానంలేని ప్రశ్నలతో ఆమె మనసును నింపివేసింది. మరుసటి సంవత్సరం, ఒక అద్భుతమైన వైద్య చికిత్సను ఆమె ఇంట్లోనే చూడగలిగారు.

96 సంవత్సరాల ఆమె బంధువు 2016 వ సంవత్సరం మధ్యలో నోటి మంటకు అనగా బర్నింగ్ మోత్ సిండ్రోముకు గురి అయ్యారు. ఈ రుగ్మత వలన ఆమె ఆహారం తీసుకోలేక మరియు బరువు తగ్గిపోవడం ప్రారంభించారు. అలోపతి చికిత్సా విధానం ద్వారా చేసిన ప్రయత్నాలు తాత్కాలిక ఉపశమనం అందించాయి కానీ ఆమెలో ఈ వ్యాధిని నయం చేయలేక పోయాయి. రోగి నోటి ద్వారా ఏమీ తీసుకోవడానికి నిరాకరించడంతో ఒక సీనియర్ వైబ్రో అభ్యాసకుని సంప్రదించగా వారు బ్రాడ్ కాస్టింగ్ ద్వారా చికిత్స చేశారు. వారం రోజుల్లోనే రోగికి వ్యాధి పూర్తిగా నయం కావడమే కాక ఇప్పటి వరకూ అది పునరావృతం కాలేదు. ఈ సంఘటన ఆమెను ఎంతో ప్రభావితం చేయడంతో వైబ్రియానిక్స్ కొర్సులో ప్రవేశం పొందారు. 2016 అక్టోబర్ లో AVPG మరియు మార్చి 2017 లో VP గా అయ్యారు. ఈ ప్రాక్టీషనర్ ఇప్పటివరకు 140 మందికి పైగా రోగులకు చికిత్స చేశారు. జలుబు/దగ్గు/పూ మరియు అజీర్ణం వంటి కాలానుగుణ మరియు సాధారణ సమస్యలతో పాటు దీర్ఘకాలికవ్యాధులయిన మధుమేహం (ప్రారంభ దశ), బాధాకరమైన రుతుక్రమం, తలపోటు, కార్పల్ టన్నెల్ సిండ్రోమ్, శ్వాస సంబంధిత అలర్జీలు మరియు గజ్జి. అలాగే వీరి ఇంటి చుట్టూ ఉన్న పెంపుడు జంతువులకు కూడా చికిత్స చేశారు. రోగులకు గణనీయంగా ఉపశమనం కలిగిన దీర్ఘకాలికవ్యాధుల విషయంలో ఆప్లుత్వం, మలబద్ధకము,జెంకర్స్ డై వర్టిక్యులం (అనగా గొంతు మరియు అన్నవాహిక మధ్య భాగం లో సంచి వంటి నిర్మాణం ఏర్పడడం), హైపోథైరాయిడ్, రాలిపోతున్న జుట్టూ, మూత్రపిండాల సమస్యలు, ప్రోస్టేట్ గ్రంథి విస్తరణ, నిద్ర రుగ్మతలు, నిరాశ, ఆటిజం, దీర్ఘకాలిక సైనైటిస్, స్తంభింపజేసిన ఎముకలు మరియు కండరాల నొప్పులు, భుజంలో లైకెన్ ప్లానస్, మరియు రోషియా.రోగులకు వ్యాధి దాదాపుగా తగ్గిపోయినట్లు భావిస్తున్నప్పుడు మరియు తిరిగి వారు రిపోర్ట్ చేయనప్పుడు అనేక సందర్భాలలో మోతాదును టాపర్ చేయడం లేదా తగ్గించడం అసాధ్యమవుతోందని వీరు భావిస్తున్నారు.

వెన్ను మరియు మెడ నొప్పులకు **CC18.5 Neuralgia** ను **CC20.5 Spine** తో చేర్చినప్పుడు రోగులు త్వరగా పొందినట్లు వీరు తెలుసుకున్నారు. **CC1.2 Plant tonic + CC17.2 Cleansing + CC21.7 Fungus** ఈ కలయిక ఫంగస్ ను తొలగించడం లో అద్భుతమైన ఫలితాలను ఇచ్చినట్లు తెలుసుకున్నారు. రెండు సంవత్సరాలుగా పూలు పూయని ఆర్కిడ్ మొక్క రెండు నెలల్లో మొగ్గ వేయటం ప్రారంభించింది. ఒక నెలలోనే వీరు పెంచుకునే పవిత్రమైన తులసి మొక్కలు మరియు గులాబీ మొక్క ఆకుల నుండి కీటకాలు అదృశ్యమయ్యాయి. ఈమె పెంచుకొనే అందమైన తోటను చూసిన, స్నేహితులు మరియు రోగులు ఆమె ఉపయోగించిన ప్లాంట్ టానిక్ కావాలని అభ్యర్థనలతో ఆమెను ముంచి వేశారు.

గుండె దడతో బాధపడుతున్న 23 ఏళ్ల యువతి చికిత్స కోసం వీరి వద్దకు వచ్చిన ఒక ఆసక్తి కరమైన కేసును ఈ చికిత్సా నిపుణురాలు మనతో పంచుకుంటున్నారు. ఈ రోగికి **CC10.1 Emergencies** మాత్రలను ముందు జాగ్రత్త కోసం అదనపు బాటిల్లో ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ యువతికి వాల్నట్ లేదా అక్రూట్ కాయ అలర్జీ కలిగిస్తుంది. ఇది ఆమెకు శ్వాస నాళాల సంకోచము, దురద

మరియు వికారము కలిగించి, చాలా ఇబ్బందికి గురి చేస్తుంది. ఐతే ఈ విషయం ఆ యువతి అభ్యాసకురాలికి చెప్పలేదు. వాల్చర్ లేదా అక్రోటు కాయ తీసుకోకుండా ఆమె జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ ఉండేది. అంతేకాక ఏదైనా అత్యవసర పరిస్థితిని ఎదుర్కోవడానికి వీలుగా ఎపిపెన్ (ఒక ఆటో ఇంజెక్షన్) ఆమె తీసుకెళుతూ ఉండేది. 2019 జూన్ నెలలో ఒక రోజు, ఆమె ఈ ఆటో ఇంజెక్షన్ తీసుకెళ్లడం మర్చిపోయి అనుకోకుండా వాల్ నట్స్ ను రెస్టారెంటు లో తినేసింది. దాంతో వచ్చిన ఇబ్బందిని ఎదుర్కోవడానికి ఆమె తల్లి ప్రోత్సాహం పై, **CC10.1 Emergencies** మరియు ఆమె సోదరి వద్ద ఉన్న **CC19.2 Respiratory allergies** కూడా తీసుకుని తన ఇంటికి చేరుకునే వరకు ప్రతి గంటకు ఆమె తీసుకుంది. ఆమె తీసుకున్న ఈ చికిత్స కారణంగా ఆమెకు వాల్చర్ ద్వారా ఏర్పడే ఎటువంటి అలర్జిక్ కలుగలేదు. మరొక సందర్భంలో రోగి ఆటలో గాయపడిన తన సోదరుడికి **CC10.1 Emergencies** మాత్రమే ఇవ్వడం జరిగింది. అతడు అద్భుతంగా రెండు రోజుల్లోనే కోలుకొని తర్వాత అభ్యాసకురాలి నుండి వైద్య చికిత్స తీసుకోవడం జరిగింది.

ఈ అభ్యాసకురాలికి గృహ సంబంధిత మరియు సామాజిక కట్టుబాట్ల నేపథ్యం ఉన్నప్పటికీ వైబ్రియానిక్స్ కు అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తూ సాధ్యమైన అన్ని చోట్ల దీని గురించి అవగాహన పెంపొందించడానికి కృషి చేయడమే కాకుండా ఇతర చికిత్స నిపుణులకు కూడా వీరు సహకరిస్తున్నారు. సులభంగా నిర్వహించడం కోసం ఆరోగ్య చరిత్రను వాటి యొక్క రికార్డులను కంప్యూటర్ లో నిక్షిప్తం చేస్తూ క్రమం తప్పకుండా ఆ కేసులను ఫాలోఅప్ కూడా చేస్తున్నారు. వారానికి ఒకసారి ఆమె తన సామగ్రిని తనవద్దనున్న గోళీలు మరియు బాటిల్ స్టాక్ ను చెక్ చేసుకుంటూ ఉంటారు. ఆమె కుటుంబ సభ్యులు గోళీలు, బాటిళ్లలో నింపడం లోనూ మరియు నివారణాలను పోస్ట్ చేయడం లోనూ ఆమెకు సహాయం చేస్తూ ఉంటారు. అనివార్య కారణాల వల్ల ఎక్కడికైనా వెళ్లవలసి వచ్చినప్పుడు ఆమె రోగులు రెండు వారాల కంటే మించి ఇబ్బంది పడకుండా ఉండే దానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు. ఆమె సేవలో భాగంగా వార్త లేఖలను ఫార్మాటింగ్ లేదా ఆకృతి కలిగించడం లోనూ మరియు చికిత్సా నిపుణుల ప్రొఫైల్ సవరించడం లోనూ ప్రధాన బృందానికి సహాయం చేస్తున్నారు. .

సాధారణంగా మనం శిరస్సు ద్వారా ఆలోచించడం చేస్తున్నప్పటికీ వైబ్రియానిక్స్ సేవ హృదయం ద్వారా రోగి యొక్క బాధలు వినడం నేర్పింది అని సంతోషంగా తెలియజేస్తున్నారు. రెమెడీలు తయారు చేసేటప్పుడు నిశ్శబ్దంగా ప్రార్థిస్తూ, విశ్వ శ్రేయస్సుకోసం, అందరి సాభాగ్యం కోసం, సంక్షేమం కోసం రోజువారీ ప్రార్థన మరియు సాయి గాయత్రిని ఉదయం 108 సార్లు జపించడం పైన ఆమె దృష్టిని కేంద్రీకరిస్తారు. స్వామి ఇచ్చిన విలువైన బహుమతి అయిన ఈ సేవ తనలో అహంకారాన్ని త్రుంచి స్వార్థాన్ని తగ్గించి వినయంతో స్ఫూర్తి వంతంగా ప్రశాంతంగా ఉండడానికి మరియు స్వామికి శరణాగతి చేసుకోవడానికి స్వామి ఇచ్చిన అవకాశముగా వీరు భావిస్తున్నారు. అభ్యాసకులు అందరూ స్వామి చేత ఎంపిక చేయబడిన వారే కనుక వారు అభ్యాసకుల పై ఉంచిన నమ్మకాన్ని వమ్ము చేయకుండా ఉండటానికి ప్రేమ మరియు అంకితభావంతో ఈ మిషన్ ముందుకు తీసుకు పోవలసిన అవసరం ఉందని ఆమె భావిస్తున్నారు.

పంచుకున్న కేసులు :

- పిల్లిలో బలవంతంగా వెంట్రుకలు తినేవ్యాధి
- సూక్ష్మజాతి గులాబీ శీతాకాలంలో వాడిపోవడం
- మెడ వద్ద వెన్నుపూస క్షీణత

+++++
ప్రాక్టీషనర్ 03572...గాబాస్ జీవవైవిధ్య నిర్వహణ మరియు అటవీ పర్యావరణ వ్యవస్థ లో పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేషన్ చేసిన ఈ ప్రాక్టీషనర్ దేశంలోని నేషనల్ పార్క్స్ పర్యావరణ మదింపు లకు ఇంఛార్జిగా ఉన్నారు. నేషనల్ స్కూల్ ఆఫ్ వాటర్ అండ్ ఫారెస్ట్ ఉపన్యాసాల ద్వారా పర్యావరణ శాస్త్రం లో తనకు ఉన్న జ్ఞానం మరియు విస్తారమైన అనుభవాన్ని వేదిక ద్వారా పంచుకుంటున్నారు.

చిన్నప్పటినుండి మతపరమైన భావనలు కలిగి ఉన్నప్పటికీ అంతరంగికంగా ఏదో కోల్పోయిన భావన మనసులో బలంగా ఉండేది.



10 సంవత్సరాల వయసులో భగవంతుణ్ణి శారీరకంగా చూడాలని భగవత్ అనుభూతి పొందాలని లోతైన గాఢమైన కోరికను పెంచుకున్నారు. ఇతని యొక్క ప్రవర్తన పట్ల తల్లి విచారిస్తూ దేవుని వెతుక్కుంటూ ఇంటిని విడిచి పెడతాడేమో అని భయపడేవారు, కనుక తన తల్లి కోసం అతను తన దృష్టిని చదువు వైపు మళ్ళించాడు. భగవాన్ శ్రీ సత్య సాయి బాబా వారిపుట్టిన రోజు వేడుకలు వారి స్వస్థలం లో జరగనున్న కారణంగా అక్కడకు రావాలని తన సోదరికి వచ్చిన ఆహ్వానం ద్వారా 1998లో స్వామి గురించి మీరు తెలుసుకున్నారు. ప్రారంభంలో స్వామి యొక్క దైవత్వం గురించి అంతగా నమ్మకం లేదు, అయితే బాబా గురించి మరింతగా తెలుసుకోవడానికి, పట్టుదలతో భజనలు మరియు సేవా కార్యకలాపాలలో పాలుపంచుకున్నారు, శిరిడీసాయి మరియు సత్యసాయి వీరికి కలలో కనిపించి మార్గనిర్దేశం చేయడం ద్వారా తన జీవితంలో తప్పిపోయానని భావించిన దానిని కనుగొనగలిగానని భావిస్తున్నారు. 2007లో పుట్టపర్తిలో జరిగిన యువజన ప్రపంచ సదస్సు కు తన దేశం తరపున ప్రాతినిధ్యం వహించడం ఎంతో ఆనందంగా ఉందని భావిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా గా స్వామి దర్శనం మరియు హృదయం లోకి చొచ్చుకొని పోయే వారి చూపులు దేవునితో ముఖాముఖి ఏర్పడాలన్న అతని దీర్ఘకాలిక - కోరికను నెరవేర్చడమే కాక అతని జీవితాన్ని కూడా మార్చివేశాయి. దేవుని పై విశ్వాసం స్థిరమవడమే కాక, పనిలో అంతరంగికంగా ఉన్న స్వామిని అనుభవించగలిగారు, అంతేకాక తన బంధువులు, కార్యాలయంలో పనిచేసే సహచరులు పట్ల మరింత సహనంగా అవగాహనతో ఉండగలుగుతున్నారు. 2009 నాటికి, అందుబాటులో ఉన్న ఆంగ్లం మరియు సంస్కృతం లో ఉన్న అన్ని వేదము పుస్తకాలను, ప్రైవేట్ భాషలోకి అనువదించారు మరియు వాటిని చాలాకాలంగా తెలుసుకున్నవారి మాదిరిగా, సరిగ్గా ఉచ్చరించడం కూడా ప్రారంభించారు. మీరు ఇప్పటికీ స్వామి పుస్తకాలను అనువాదం చేస్తూనే ఉన్నారు. వీరు ఫిబ్రవరి 2019 నుండి, సత్య సాయి ఇంటర్నేషనల్ ఆర్గనైజేషన్ యొక్క నేషనల్ కౌన్సిల్ అధ్యక్షుడిగా మరియు ఆఫీసులోని ఫ్రెంచ్ మాట్లాడే దేశాలకు ప్రాంతీయ స్థాయిలో కార్యదర్శిగా ఉన్నారు.

వీరు 2015లో ఒక అభ్యాసకుడు 02819 చేత వైబ్రియానిక్స్ కు పరిచయం చేయబడ్డారు. అభ్యాసకుడు ఇతని రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి మరియు ప్రక్షాళనకు నివారణలు ఇవ్వడం జరిగింది. ఇతడు అభ్యాసకుడికి స్వామి తనును చనిపోయే పరిస్థితి నుండి ఏ విధంగా కాపాడారో వివరించారు. ఇది 2013 పుట్టపర్తిలో ఉన్నప్పుడు జరిగింది. ప్రాక్టీషనర్ ఇచ్చిన రెమిడి యొక్క సానుకూల ప్రభావాన్ని అతను అనుభవించినప్పటికీ, కేవలం వైబ్రేషన్ రోగ స్వస్థతను కలిగిస్తాయి అనే విషయాన్ని అతను నమ్మలేదు. నవంబర్ 2017, స్వామి గురించి ఒక పుస్తకాన్ని ట్రాన్సిలేషన్ చేస్తున్నప్పుడు వైబ్రియానిక్స్ కోర్సులో ప్రవేశం పొందాలని స్వామి చేత మార్గనిర్దేశం పొందారు. జూలై 2018 లో AVP గా అర్హత సాధించి 2018 డిసెంబర్ లో VP అయ్యారు మరియు ప్రస్తుతం SVP e-కోర్సు చేస్తున్నారు.

ప్రతిరోజు, తన ఆఫీసు నుండి తిరిగి వచ్చిన తర్వాత మరియు రోగులకు చికిత్స చేయడానికి ముందు, అభ్యాసకుడు తన ప్రార్థన గదిలో ఒక నూనె దీపం వెలిగించి, రోగులను స్వస్థపరచడం కోసం స్వామిని ఆహ్వానిస్తారు, మరియు మానసికంగా సాయి గాయత్రి జపిస్తారు. అలాగే రోగులతో మాట్లాడటప్పుడు వారి నిరాశలు, కోరికల గురించి ఎటువంటి భయం లేకుండా తమ యొక్క భావాలను పంచుకునేందుకు వీలుగా వారిలో విశ్వాసాన్ని ప్రేరేపిస్తారు, వారికి అంతరాయం కలగకుండా ప్రేమతో మరియు శ్రద్ధతో వారి చెప్పే విషయాలను వింటారు. రోగులు కూడా ఈ అభ్యాసకుడి సమక్షంలో తమ ఇంట్లోనే ఉన్నట్లుగా భావిస్తారు. రోగులతో సంభాషించేటప్పుడు మరియు నివారణలు తయారుచేసేటప్పుడు, అభ్యాసకుడు, బాబా వారు అతనికి మార్గ దర్శకత్వం వహిస్తున్నట్లు భావిస్తారు. కలల ద్వారా మరియు అంతరంగం నుండి వెలువడే సంకేతాల ద్వారా మార్గనిర్దేశం చేయడం, నయం చేయడం అనేది స్వామి చూసుకుంటారు అని వీరికి కచ్చితంగా తెలుసు. ఈ అభ్యాసకుడు తన రోగులకు దేవునిపై ప్రేమతో జీవించాలని మరియు ఆరోగ్యంగా ఎల్లప్పుడూ సంతోషంగా ఉండాలని సలహా ఇస్తూ ఉంటారు.

గత సంవత్సర కాలంలో, ఈ అభ్యాసకుడు 200 మందికి పైగా రోగులకు విజయవంతంగా గా చికిత్స అందించారు. అధిక రక్తపోటు, మలబద్ధకం, ప్రాథమిక స్త్రీ వంధ్యత్వం, టైఫాయిడ్, దుష్టశక్తుల స్వాధీనం, చేతబడి దాడి, పిచ్చితనం, ఆర్థరైటిస్ మరియు శ్వాసకోస మరియు చర్మ అలర్జీ లాంటి సంక్లిష్ట కేసులను కూడా ఇతను పరిష్కరించారు. ఆఫ్రికా లోని వివిధ దేశాల్లోని రోగులకు పోస్టు ద్వారా రెమెడీలు పంపుతూ ఉంటారు. రోగినిూరు శాతం అభివృద్ధిని నివేదించిన ప్రతీసారి అతను ఎంతో ఆనందాన్ని పొందుతూ స్వామికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుతారు. వైబ్రియానిక్స్ సాధన తనను మంచి శ్రోతగా మార్చిందని, ఇతరులను బాగా అర్థం చేసుకోవడానికి మరియు ప్రేమించడానికి తన హృదయాన్ని విస్తరించినదియు, మరియు స్వామి యొక్క వినయ పూర్వకమైన సాధనంగా తనని తయారు చేసింది అని ఈయన తెలుపుతున్నారు.

ఈ అభ్యాసకుడు ఆధ్యాత్మిక, వృత్తిపరమైన, లేదా ఇంటికి సంబంధించి అన్ని పనులను స్వామి పనిగానే చూస్తారు. అయితే ఈ వైబ్రియానిక్స్ సేవలు మాత్రం తనకు స్వామి ప్రసాదించిన ఒక అద్భుతమైన బహుమతి గా వీరు భావించి స్వామికి కృతజ్ఞత తెలుపుతున్నారు. ఈ వైబ్రియానిక్స్ కు సంబంధించినంత వరకు అమూల్యమైన మార్గదర్శకత్వం వహించి ప్రేమ మరియు సహనంతో అనేక విషయాలు తెలియజేసి తన ప్రశ్నలకు మరియు సందేహాలను పరిష్కరించడంలో సహకరించిన తన మెంటర్ 01620 కు కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నారు. ఇతనికి అభ్యాసకుడుగా ఉండటం అంటే “తన అంతరంగం వినడానికి మరియు హృదయం నుండి పని చేయడానికి ఒక సువర్ణ అవకాశం” అని వీరి భావన.

పంచుకున్న కేసులు:

- **పునరావృత మవుతున్న టైఫాయిడ్**
- **ప్రాథమిక వంధ్యత్వం**
- **ద్విద్రువ రుగ్మత (బైపోలార్ డిజార్డర్)**



☪ వైబ్రోమిశ్రమాలు ఉపయోగించిన కేసుల వివరాలు ఖ

1. బలవంతంగా రోమాలు తినే పిల్లి ^{03553...కెనడా}

సంరక్షణ కేంద్రం నుండి తీసుకు వచ్చిన అబ్బి అనే 8 ఏళ్ల పిల్లికి 2009 నవంబరులో, తన యజమాని దత్తత తీసుకున్న సమయం నుండి భయం భయంగా ఉంటోంది. అది 10 వారాల వయస్సులో ఉన్నప్పుడు సంరక్షణ కేంద్రంలో ఉన్నచిన్న పిల్లలు దానికి ఇబ్బంది కలిగే విధంగా ప్రవర్తించేవారు. అది అతి స్వల్ప శబ్దంతో దూకేది, యజమానితో సన్నిహితంగా ఉండడానికి సంకోచించేది, తరచూ నిరాశతో తనవంటిపై ఉన్నరోమాలను తానే నమిలేది. తత్ఫలితంగా, తన శరీరంపై బట్టతల లాంటి ప్యాచెస్ వచ్చాయి, ఇవి దానికి చక్కగా గుండు చేసినట్లు కనిపించేవి.

అభ్యాసకునికి పిల్లి యజమాని బాగా తెలిసిన వారు కావడం మరియు వీరిరువురు తరుచూ కలుసుకొనడానికి దూరం ప్రధాన ప్రతిబంధకం అయినందున, 2017 జనవరి 18 న, రెమెడీలు సాధారణ పద్ధతికి విరుద్ధంగా అనగా గోళీలకు బదులు ఆల్కహాల్లో ఇచ్చారు:

#1. CC1.1 Animal tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...పిల్లి త్రాగే 500ml నీటిలో ఒక చుక్క రెమెడీని వేసి ఇచ్చారు.

మొదటి 3 వారాలలో దాని ప్రవర్తనలో ఎటువంటి మార్పు లేనప్పటికీ, రెమెడీను కొనసాగించారు. చికిత్సప్రారంభమైన ఐదు వారాల తరువాత, ఫిబ్రవరి 22 న, యజమాని అబ్బి వంటి మీద రోమాలు పెరగడం గమనించారు. అది యజమానితో సన్నిహిత్యం పెంచుకొనడం ప్రారంభించింది. అంతేకాక దాదాపుగా యజమాని ఒడిలో పడుకోవడానికి ప్రయత్నించేది. కానీ తరువాత నెలలో,

యజమానిని సందర్శించేందుకు వచ్చిన అతని మనవరాళ్లకు దగ్గర కాలేక భయంతో కుంచించుకు పోవడంతో, తన పాత లక్షణాలు పునరావృతం అయ్యాయి.

18 మార్చి 2017 న, ఇట్టి లోతైన భయాలను పోగొట్టడానికి, అభ్యాసకురాలు #1 ని ఈ క్రింది విధంగా మార్చి ఇవ్వడమైనది:

#2. CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + #1
రెండు వారాల వరకు ప్రవర్తనలో ఎటువంటి మెరుగుదల లేనందున, మార్చి 11 న # 2కు ప్రత్యామ్నాయంగా ఈ క్రింది రెమెడి ఇవ్వడమైనది:

#3. CC11.2 Hair problems + CC15.2 Psychiatric disorders + #1 పై రెమెడి వలె నీటితో ఇవ్వడం మరియు బాహ్యంగా రాయడానికి కూడా విభూతితో కలిపి ఇవ్వబడింది.

3 వారాలు పాటు రెమెడి # 3 ని ఉపయోగించిన తరువాత, వెంట్రుకలు మళ్ళీ పెరగడం ప్రారంభమైంది. యజమాని తాగునీటిలో మాత్రమే రెమెడిను కొనసాగించారు, ఎందువల్ల అంటే అబ్బి విభూతిని నాలికతో నాకటంతో పాటు తన రోమాలను కూడ నమలడంతో విభూతిని వాడటం మానేశాడు. ఆ తరువాత, యజమాని నుండి 7 నెలలు పాటు ఎటువంటి సమాచారంలేదు ఐతే రెమెడిలను మాత్రం ప్రతీ రోజు ఇస్తున్నట్లు తెలిసింది. 2017 డిసెంబర్ 4 న యజమాని రిపిల్ కోసం వచ్చి అబ్బి యొక్క రోమాలు పూర్తిగా పెరిగాయని, బట్టతల ప్యాచెస్ పెద్దగా ఏమీలేవని, అది వెంట్రుకలను నమలడం మానేసిందని, అయితే అపరిచితులు మరియు పిల్లలను చూసి కొంచెం భయపడుతున్నప్పటికీ దానిలో వైరాశ్యం గణనీయంగా తగ్గిందని చెప్పారు. అందువలన, # 3 కి ప్రత్యామ్నాయంగా ఈ క్రింది రెమెడి ఇవ్వడమైనది:

#4. CC15.2 Psychiatric disorders + #1

2019 ఆగస్టు 28 నాటికి, రెమెడి # 4 ఆపివేయబడింది, ఎందుకంటే అబ్బి శబ్దం లేదా వ్యక్తుల గురించి భయపడటంలేదు మరియు మిగతా లక్షణాలు ఏవీ పునరావృతం కాలేదు. అభ్యాసకుడు క్రింది రెమెడి, గోళీల రూపంలో ఇచ్చారు.

#5. CC1.1 Animal tonic + CC17.2 Cleansing...OD త్రాగునీటితో.

మోతాదు యజమాని యొక్క సౌకర్యం ప్రకారం క్రమంగా తగ్గించబడుతుంది.

సంపాదకుని వ్యాఖ్య: CC15.2 Psychiatric disorders లో CC15.1 Mental & Emotional tonic కలిపి ఉంటుంది కనుక దీనిని ప్రత్యేకంగా వేయవలసిన అవసరం లేదు. అభ్యాసకురాలు కొత్తగా వైబ్రో ప్రాక్టీస్ ప్రారంభించి నందున ఈ తప్పు జరిగి ఉండవచ్చు. రెమెడిను నేరుగా ఆల్కహాల్ లో ఇవ్వకుండా ఉండడం మంచిది.

2. సూక్ష్మజాతి గులాబీ మొక్క శీతాకాలంలో వాడిపోవడం ^{03553...కెనడా}

అభ్యాసకురాలి తోటలో ఉన్న సూక్ష్మజాతి గులాబీ మొక్కను ఎంతగా సంరక్షిస్తున్నా 2016 -17 శీతాకాలంలో చలిబాగా ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల వాడిపోయింది. వేసవి ప్రారంభమైన తర్వాత కూడా మొక్క కోలుకోలేదు. 2017 జూలై 3న, ఈ మొక్కపై ఆకులు చాలా తక్కువగా ఉన్నాయి, అది చాలా లేత మరియు పసుపు రంగులో ఉంది, ఈ క్రింది వైబ్రయోనిక్స్ రెమెడి ప్రారంభించినప్పుడు మొక్క ఈ క్రిందివిధంగా ఉంది (చిత్రాలు చూడండి).

#1. CC1.2 Plant tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...3TW

నీటిలో తయారు చేసుకున్న నివారణ మందును అభ్యాసకుడు మొక్క యొక్క నేలలో పోయడంతో పాటు మొక్క ఆకుల మీద కూడా రోజు విడిచి రోజు పిచికారీ చేసారు. క్రమంగా 2 నెలల కాలంలో ఆకులు చక్కగా పెరగడంతో పాటు 2017 సెప్టెంబర్ 23 న అందమైన గులాబీ వికసించింది (చిత్రాలు చూడండి). గతంతో పోలిస్తే ఆకుల పరిమాణం దాదాపు రెట్టింపు అవడంతో పాటు అవి ఆరోగ్యంగా కనిపిస్తున్నాయని అభ్యాసకురాలు గమనించారు. రెమెడిని అక్టోబర్ మధ్యలో శరదృతువులో నిలిపివేయడంతో పాటు రాబోయే శీతాకాలంలో మొక్కని రక్షించటానికి మొక్క పైపైన కత్తిరించబడింది (ట్రీమ్ చేయబడింది). 2017-18 శీతాకాలం తరువాత, మరల

రెమెడీ # 1ని వాడటంవల్ల, వేసవిలో గులాబీ మొక్కను సంరక్షించడానికి సహాయపడింది. అంతేకాక మునుపటి వేసవికాలంలో మొక్క ఎలా ఉందో అలా వికసించిన గులాబీతో అందంగా ఉంది.



+++++

3. మెడభాగంలో వెన్నుపూస క్షీణత 03553...కెసడా

53 సంవత్సరాలు వయస్సు గల వ్యక్తి గత 5 నెలలుగా మెడనొప్పితోపాటు భుజం నుండి చేతివేళ్ళ వరకు తిమ్మిరితో కూడిన నొప్పితో బాధపడుతున్నాడు. ఇది సర్వికల్ డిస్క్ డిజనరేషన్ లోపంగా నిర్ధారించారు. పేషెంట్ కంప్యూటర్ నిపుణుడు కావడం వలన ఎక్కువసేపు కంప్యూటర్ మీద పనిచేయడం నొప్పికి ప్రధానకారణంగా భావించారు. బ్యాడ్మింటన్ క్రీడకారుడైన ఇతడు నొప్పికారణంగా తన ఆటకు దూరం అయ్యారు. అల్లోపతి చికిత్స తీసుకోవడానికి ఫిజియోథెరపీ మరియు ఆక్యుపంక్చర్ను ఒకదాని తరువాత ఒకటి తీసుకుంటున్నారు. అతనికి వీటి వలన పెద్దగా ప్రయోజనం ఏదీ కనిపించలేదు.

2017 జనవరి 8 న అభ్యాసకురాలు అతనికి ఈ క్రింది రెమెడీ ఇచ్చారు:

#1. CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis + CC20.5 Spine + CC20.6 Osteoporosis...TDS

6 వారాలలో మెడ నొప్పి మరియు భుజం నుండి కుడి చేతి వేళ్ల వరకు ఉన్న తిమ్మిరి మరియు నొప్పి అధ్యశ్యమయ్యాయి. ఐతే భుజంలో ఇంకా కొంత నొప్పి ఉన్నప్పటికీ ప్రస్తుతం తన మెడ మరియు భుజాలను స్వేచ్ఛగా కదిలించగల పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఈ దశలో అతను వైబ్రయోనిక్స్ ని మాత్రమే కొనసాగిస్తూ పిజియోథెరపీ మరియు ఆక్యుపంక్చర్ చికిత్సలు తీసుకోవడం మానేశారు. 2017 మార్చి 3న అభ్యాసకురాలు రోగికి అవసరమైన వానికంటే ఎక్కువ కోబోలను ఇచ్చినట్లు గ్రహించి #1 కి ప్రత్యామ్నాయంగా ఈ క్రింది నివారణ ఇచ్చారు :

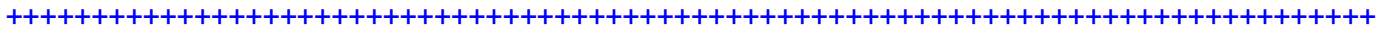
#2. CC18.5 Neuralgia + CC20.5 Spine...TDS

మరో 10 వారాల తరువాత, 2017 మే 12 న రోగి నొప్పి తగ్గిపోవడంతో రెమెడీను ఆపాలని కోరుకున్నాడు, కాని అభ్యాసకురాలు మోతాదును OW గా కొనసాగించమని సలహా ఇచ్చారు. అతను వ్యతిరీత్యా కంప్యూటర్స్ మీద పని చేయకుండా ఉండటం సాధ్యంకాదు కనుక ఉపశమనం పొందడానికి ఎక్కువ సమయం పట్టేదని భావించారు. 7 నెలల తరువాత, రోగి నొప్పి పునరావృతం కాలేదని మరియు రెమెడీలు అయిపోయాయి అని చెప్పారు.

2019 ఆగస్టు 17 న, రోగి అభ్యాసకురాలిని కలిసినప్పుడు ఎటువంటి నొప్పి పునరావృతం లేకుండా పూర్తిగా ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పటికీ ముందస్తు నివారణ చర్యగా అతని రోగనిరోధక శక్తిని మరియు ఎముకలకు బలాన్ని కలిగించడానికి ఈ క్రింది రెమెడీలు ఇచ్చి వాటిని ఒక సంవత్సరం పాటు కొనసాగించాలని సలహా ఇచ్చారు:

#3. CC12.1 Adult tonic + CC20.1 SMJ tonic...TDS ఒక నెల రోజులు, ఆ తరువాత #4 నెల రోజులు, మరలా # 3. ఈ విధంగా ఒక సంవత్సరం

#4. CC17.2 Cleansing...TDS



4. పునరావృతమయ్యే ట్రిఫాయిడ్ 03572... గాబ్స్

56 ఏళ్ల మహిళకి 2018 జూలైలో ట్రిఫాయిడ్ ఉందని నిర్ధారించబడడంతో 2 నెలల వ్యవధిలో పునరావృతమవుతున్న జ్వరం కోసం రెండుసార్లు అల్ట్రాపతి చికిత్సను తీసుకున్నారు. 2018 సెప్టెంబర్ చివరి నాటికి, ఆమెకి మూడవసారి జ్వరం వచ్చి ఆమె పొత్తికడుపు, నడుం, కాళ్ళలో నొప్పి సాధింపు తో పాటు మోకాళ్ళు మరియు పాదాలకు కూడా ఈ నొప్పి విస్తరించింది. ఈసారి ఆమె అల్ట్రాపతి చికిత్సను ఎంచుకోక బదులుగా 2018 అక్టోబర్ 7న అభ్యాసకుడిని సందర్శించగా ఆమెకు ఈ క్రింది రెమెడీ ఇవ్వబడినది:

పునరావృత ట్రిఫాయిడ్ కోసం:

#1. CC3.7 Circulation + CC4.8 Gastroenteritis + CC4.11 Liver & Spleen + CC9.3 Tropical diseases...TDS

నొప్పి కోసం:

#2. CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine + CC20.7 Fractures... ప్రతి 10నిమిషాలకు ఒక మోతాదు చొప్పున 2 గంటల వరకు, తరువాత 6TD 5 రోజులు, తరువాత TDS.

రెమెడీ ప్రారంభించిన దాదాపు 8 వారాల తరువాత నవంబర్ 29 న, నొప్పులు 50% మాత్రమే తగ్గాయని అయితే జ్వరం నివారణ ప్రారంభించిన 2 రోజుల్లోనే తగ్గిందని మరియు పునరావృతం కాలేదని రోగి చెప్పారు.

అభ్యాసకుడు #1 & #2 ను ఆపివేసి ప్రతి వారం ఎలా ఉందో తెలియపరచమని సలహా ఇస్తూ ఈ క్రింది రెమెడీని ఇచ్చారు:

#3. CC9.1 Recuperation...TDS

2019 జనవరి 29న రోగి అన్ని నొప్పుల నుండి 100% ఉపశమనం పొందినట్లు చెప్పారు. వారం తరువాత ఎలా ఉందో చెప్పమని సలహా ఇచ్చి #3 యొక్క మోతాదు OD కి తగ్గించారు. కానీ, రోగి ఒక వారం తర్వాత కొనసాగించవలసిన అవసరం రాకపోవడంతో

రెమెడీను ఆపివేసింది. ఆమెకి వ్యాధి లక్షణాలు ఏవీ పునరావృతం కాలేదు 3 నెలల తర్వాత ఆగస్టు 2019 నాటికి వ్యాధి లక్షణాలు ఏవీ పునరావృతం కాకుండా ఆరోగ్యంగా ఉన్నారు.

ప్రాక్టీషనర్ వ్యాఖ్య : ఎక్కువ మంది రోగులు సమయానుసారంగా సమాచారం ఇవ్వడం గురించి పట్టించుకోరు. అంతేకాక వారు మందులు పనిచేస్తున్నప్పుడు రెమెడీలను ఆకస్మికంగా ఆపితే వ్యాధి పునరావృతం అవుతుందన్న విషయం తెలిసినా తేలికగా తీసుకుంటారు. ఇటువంటి సందర్భాల్లో మోతాదుని సరైన పద్ధతిలో తగ్గించటం అసాధ్యం అవుతుంది.

సంపాదకుని సూచన : రోగి అనుభవించిన అన్ని నోప్పులు బ్రెషాయిడ్ యొక్క లక్షణాలే కాబట్టి, రెమెడీ #2 అవసరం లేదు; రోగికి బ్రెషాయిడ్ లక్షణాలు కనిపించకుండా పోయే వరకు రెమెడీ # 1లో CC9.3 Tropical diseases ఒక్కటే సరిపోతుంది, తరువాత CC9.1 Recuperation ఇవ్వాలి

+++++

5. ప్రాథమిక వంధత్వము 03572....గాబా5

33 ఏళ్ల మహిళ వివాహం అయిన ఆరు సంవత్సరాల తరువాత కూడా గర్భం ధరించలేక పోవడంతో 3 సంవత్సరాలకు పైగా అనేక వైద్య పరీక్షలు మరియు అల్ట్రాసౌండ్ చికిత్సలు తీసుకున్నప్పటికీ ఫలితం కలగలేదు. వైద్య నివేదికలలో ఎటువంటి అసాధారణత కనిపించనందున తను ఎంచుకున్న వైద్యులు సరియైన కారణాన్ని నిర్ధారించలేకపోయారు. ఆమె నలుగురు తోబుట్టువుల కుటుంబంలో సంతానం లేని ఏకైక కుమార్తె కావడంతో నిరాశకు గురైన స్థితిలో 2018 అక్టోబర్ 1 న అభ్యాసకుడిని సందర్శించారు. గత 10 సంవత్సరాలుగా తనకెవరో చేతబడి చేసారనే బ్రాంతిలో ఉన్నట్లు ఆమె వెల్లడించారు. ఆమె కడుపులో ఒక పెద్ద పురుగు కదులుతున్నట్లు మరియు తన పక్కనే ఎల్లప్పుడూ ఏదో ఒక భయానకమైన ఆకారం ఉన్నట్లు ఆమె భావించింది. కొన్నిసార్లు ఆమె తన ఇంటి లోపల మరియు వెలుపల మరియు ఆమె గదిలోని కిటికీ దగ్గర, అర్ధరాత్రి ఎవరో ఉన్నట్లు అడుగుజాడలను విన్నది. ఈ సంఘటనలు ఆమెలో భయాన్ని నింపడంతో కొన్ని సంవత్సరాలుగా ఆమె ఆకలి మరియు బరువును కోల్పోయింది.

అభ్యాసకుడు ఆమెకు ఈ విషయాలను తేలికగా తీసుకోమని సలహా ఇచ్చి క్రింది రెమెడీని ఇచ్చారు:

#1. CC3.7 Circulation + CC15.2 Psychiatric disorders + CC17.2 Cleansing...TDS ఈనీటిని ఆమె శరీరంపై మరియు ఇంట్లో చల్లుకోవాలి... TDS

#2. CC4.6 Diarrhoea + CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.5 Vagina & Cervix + CC10.1 Emergencies + #1...TDS

5 వారాల తరువాత, నవంబర్ 6 న ఆమె అభ్యాసకుడిని సందర్శించి రెమెడీ ప్రారంభించాకా అదృశ్య శక్తి యొక్క ఎటువంటి అడుగుజాడలు వినలేదని, ఆమె కడుపులో పురుగు ఉన్నట్లు, తన పక్కనే ఎవరో ఉన్నట్లు కలిగే భావనలు ఇవన్నీ క్రమంగా 2 వారాలలోనే అదృశ్యమయ్యాయని నివేదించారు. ఇప్పుడు ఆమె ఆహారాన్ని సరిగ్గా తిని జీర్ణించుకో గలుగుతున్నారు. కానీ ఆమె వెనుకకు తిరిగి పడుకున్న ప్రతిసారీ ఎవరో తన పొట్టమీద కొడుతున్నట్లు కలలు రావడం, ఆ కలలో ప్రతీసారీ ఆమె ప్రతిఘటించడం జరుగుతుండేది. విచిత్రం ఏమిటంటే ఆమె ప్రక్కకు తిరిగి పడుకొన్న మరుక్షణం కల ఆగిపోతోంది! అభ్యాసకుడు రెమెడీలు కొనసాగించాలని ఆమెకు సూచించారు.

7 వారాల తరువాత, 2018 డిసెంబర్ 26 న, ఆమె తనలో ఏదో కోల్పోయినట్లు నివేదించింది, కానీ అది ఏమిటో ఎక్కడనుండి అదృశ్యమయ్యిందో గుర్తించలేకపోయింది. ఐతే ఆమెకు కలలో లేదా బయట ఇతరత్రా క్షుద్ధ శక్తి తాలూకు సంఘటనలు ఏవీ పునరావృతం కాలేదు. అభ్యాసకుడు #1 యొక్క మొదటి మాత్రను తీవ్రమైన ప్రార్థనతో ఆమె నోటిలో వేశాడు మరియు ఆమె కూడా నిశ్శబ్దంగా ప్రార్థనలో పాల్గొంది. అభ్యాసకుడు #1 యొక్క మోతాదు 5 రోజులు పాటు 6TD కి పెంచారు, తరువాత TDS కి తగ్గించారు.

2019 ఫిబ్రవరి 5న, పేపెంట్ రెండు నెలల రెండు రోజులు గర్భవతి అని మరియు చాలా స్వేచ్ఛగా, సంతోషంగా, భయం లేకుండా ఉందనే శుభవార్తను అభ్యాసకుడు తో పంచకున్నారు. గర్భప్రావం నివారించడానికి మరియు వికారం తగ్గించడానికి అభ్యాసకుడు ఆమెకు ఈ క్రింది అదనపు రెమెడిను ఇచ్చారు:

#3. CC8.2 Pregnancy tonic + CC8.9 Morning sickness + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS ప్రసవించిన ఒక నెల వరకు TDS కొనసాగించాలి.

2019 ఆగస్టు మొదటి వారంలో త్వరలో తల్లి కాబోతున్న ఈ పేషంటు అభ్యాసకుని సందర్శించి తన వైద్యుడు చెప్పిన ప్రకారం, గర్భంలో ఉన్న బిడ్డ సురక్షితంగా మరియు సాధారణంగా ఉందని, 2019 సెప్టెంబర్ మొదటి వారంలో ప్రసవించే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. ఎటువంటి లక్షణాలు పునరావృతం కాలేదు, #1 నుండి #3 వరకూ రెమెడిలు కొనసాగిస్తూనే ఉన్నారు. 2019 ఆగస్ట్ 23న, సిజేరియన్ ద్వారా అయినప్పటికీ, ఆమె ఆరోగ్యకరమైన ఆడపిల్లకి జన్మనిచ్చింది. #1 మరియు # 2ని ఆపమని చెప్పి అభ్యాసకుడు క్రింది రెమెడి ఇచ్చారు:

#4. CC10.1 Emergencies...TDS 2019 సెప్టెంబర్ 23 వరకూ # 3 మరియు # 4 లను కొనసాగించాలని సూచించబడింది.

తల్లి మరియు బిడ్డ క్షేమంగానే ఉన్నారు, 2019 ఆగస్ట్ 27న తమ స్వస్థులను తిరిగి వెళ్లారు.

+++++

6. ద్విత్రవ రుగ్మత (బైపోలార్ డిజార్డర్) 03572...గాబ్స్

పెయింటింగ్ మరియు సిరమిక్స్లో ప్రావీణ్యం కలిగి గ్రాడ్యుయేట్ ఆర్టిస్ట్ ఐన 42 ఏళ్ల మహిళ మందుల దుకాణంలో తన తల్లికి సహాయం చేస్తూ ఉండేది. కానీ దురదృష్టవశాత్తూ ఆమె గత 10 సంవత్సరాలుగా ఎక్కువ సమయం తన గదికి తాళం వేసుకొని దయనీయ స్థితిలో జీవించసాగింది. చిరిగిపోయిన దుస్తులు ధరించి, కొన్నిసార్లు తనకు తాను వీధుల్లోకి వెళ్లిపోయేది. ఆమె ఎవరితోనూ మాట్లాడదు, తన తల్లి నుండి తప్ప ఎవరి నుండి ఏమీ స్వీకరించదు. ఆమె అవసరాలు తీర్చటానికి, కనీసం ఆహారం ఇవ్వడానికి ప్రయత్నించినప్పటికీ ఆమె ప్రవర్తన భయం, కోపం మరియు కొన్నిసార్లు హింసాత్మకంగా కూడా ఉంటుంది. ఆమె పరిస్థితి బైపోలార్ డిజార్డర్ అని నిర్ధారించబడినది. ఫార్మసిస్ట్ గా నిష్ణాతురాలైన అయిన ఆమె తల్లి, ఆమెకు వైద్య చికిత్స అందించడానికి తన వంతు కృషి చేసింది కానీ విజయం సాధించలేకపోయింది. ఆమె ఎటువంటి ఔషధం తీసుకోవడానికి నిరాకరించడంతో, తన కుమార్తె ఎప్పటికైనా మామూలుగా అవుతుందనే ఆశను తల్లి కోల్పోయింది.

ఇట్టి నిరాశాజనితమైన స్థితిలో రోగి తల్లి 2019 డిసెంబర్ 11 న అభ్యాసకుడిని సందర్శించారు. తన కుమార్తె సమస్య గురించి మాట్లాడుతూ, తన కుమార్తె చాలా సున్నితమైనదని మరియు ప్రేమలో పడేపడే విఫలమవడంతో ఆమె తీవ్ర నిస్సహా మరియు ఉన్నాద స్థితికి నెట్టివేయబడిందని సూచించారు. వైలెయోనిక్స్ మానసిక వ్యాధిని నయం చేస్తుందని అభ్యాసకునికి పూర్తి నమ్మకం కానీ రెమెడి ఎలా ఇవ్వాలి అనే విషయంలోనే ఆలోచిస్తున్నారు. స్వామిని తీవ్రంగా ప్రార్థించిన తరువాత, అతను ఈ క్రింది రెమెడి ఇచ్చారు:

CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC17.2 Cleansing...TDS నీటితో పేపెంటుకు ఇస్తూ ఆమె గదికి వెళ్ళే దారిలో మరియు దారికి అటు ఇటు ఉన్న గోడలు లేదా గ్రిల్స్ (బానిస్టర్స్) మీద చల్లాలని సూచించారు.

ఐతే రోగి యొక్క తల్లి తన కుమార్తె అభ్యంతరం వ్యక్తం చేస్తుందనే భయంతో, రెమెడి మందులు తన కుమార్తెకి ఇవ్వడం గానీ చల్లడం గానీ చేయలేదు. దానికి బదులుగా, ఆమె తన కుమార్తె యొక్క ఇటీవలే తీసిన ఫోటోను రెమెడి బాటిల్ చుట్టూ చుట్టి, హృదయపూర్వక ప్రార్థనతో దేవునికి అర్పించి దానిని తన భోజన శాలలో సురక్షితంగా ఒక మూల ఉంచారు. ఒక వారంలో రోగి యొక్క తల్లిని ఆహ్లాద, ఆశ్చర్యాలకు గురిచేస్తూ తన కుమార్తె ఆమెతో మాట్లాడటానికి నిదానంగా ఆమె దగ్గరకు చేరుకుంది. అంతేకాక ఆమెతో సంతోషంగా భోజనం చేయడానికి ఆసక్తి చూపింది. ఆమె టీవీ చూడటానికి తన తల్లితో కలిసి గదిలో కూర్చోటం మరియు కుటుంబంతో పాటు భోజనం చేయడంకూడా ప్రారంభించింది. ఒక నెలలో తన కుమార్తె యొక్క ప్రవర్తనలో నిదానంగా ఈ విధమైన

మార్పు, అది కూడా వాస్తవానికి రెమెడీ మందులు నోటిలోకి తీసుకోకుండానే రావడం రోగి తల్లి నమ్మలేకపోయింది. ఈ శుభవార్తను అభ్యాసకుడితో పంచుకోవాలని ఉన్నా ఈ మార్పు తాత్కాలికం కాదని నిర్ధారించుకోడానికి ఆమె మరో 4 నెలలు వేచి ఉంది. 2019 మే 10న రోగి తల్లి అభ్యాసకుడిని కలుసుకుని, 2019 ఫిబ్రవరి నుండి, తన కుమార్తె ప్రవర్తనలో పూర్తిగా మార్పు వచ్చిందని, తన చుట్టూ ఉన్న అందరితో ఆమె ప్రశాంతంగా మరియు మామూలుగా ఉంటోందని తెలియజేశారు. ఆమె ఇకపై చిరిగిపోయిన బట్టలు ధరించటం కానీ తన గదిలో తాళం వేసుకోవడం గానీ చేయటంలేదు. జీవితాన్ని సాఫీగా ఎదుర్కోగలననే విశ్వాసం ఆమెలో చిగురించింది.

తన కుమార్తెను చూడకుండా మరియు ఏ ప్రతిఫలం ఆశించకుండా చికిత్స చేయగలడం దేవుని యొక్క అనంతమైన దయ అని ఆమె తన ఆనందాన్ని మరియు కృతజ్ఞతను వ్యక్తం చేశారు. రోగికి చికిత్స చేయటంలో వైబ్రియానిక్స్ కి ఉన్న అపరిమిత సామర్థ్యం గురించి తెలుసుకున్నందుకు అభ్యాసకుడు కూడా చాలా సంతోషంగా ఉన్నారు. 2019 ఆగస్టు నాటికి, రోగికి వ్యాధి పునరావృతం కాకుండా బాగానే ఉన్నది. ఆమె తన తల్లికి 10 సంవత్సరాల క్రితం ఏవిధంగా సహాయం చేసేదో అలా చేయడం ప్రారంభించింది మరియు ఆర్థిస్ట్ గా ఆమె తన నైపుణ్యాన్ని తిరిగి ప్రారంభించింది. రోగి యొక్క ఫోటో ఇప్పటికీ రెమిడిసీసా చుట్టూ చుట్టబడే ఉంది.

రోగి తల్లి నుండి నిర్ధారణ : “నిజమే కవల పిల్లలలో ఒకరైన 42 సంవత్సరాల నా కుమార్తె 10 సంవత్సరాల క్రితం మానసిక వత్తిడికి గురైంది. న్యూరోలొజిస్ట్ చికిత్స మాటల దూకుడును పెంచడమే కాక వంటగది పరికరాలు, టెలివిజన్ మరియు దుస్తులను పాడుచేయడాన్ని తీవ్రతరం చేసింది . నేను స్వచ్ఛందంగా ఈ చికిత్సను ఆపేసరికి దూకుడు తగ్గింది కానీ ఆమె తనకి తాను అపార్థైంట్లో తాళం వేసుకొని అక్కడే ఉండిపోసాగింది. అలా మాతో సంబంధాలు లేకుండా రెండు, మూడు నెలలు అక్కడే ఉంది. మాకు తెలుస్తున్న ఒకే ఒక సమాచారం ప్రకారం, మేము మెట్లపై పెడుతున్న ఆహారాన్ని ఆమె తీసుకునేది. వైబ్రియానిక్స్ గురించి ఎవరో 6 నెలల క్రితం నాకు చెప్పారు. నేను వెంటనే ప్రయత్నించాను. నాకు ఉన్న ఇబ్బంది ఏమిటంటే నేను అభ్యాసకుడు సూచించినట్లు మందులు ఇవ్వలేను. అందువల్ల ఆమె ఇటీవలి ఫోటోలలో ఒకదాన్ని వైబ్రియానిక్స్ పిల్స్ ఉన్న ట్యూబుకి చుట్టే ఆలోచన నాకు వచ్చింది. శక్తి విషయంలో దూరం ప్రతిబంధకం కాదు అని, ఆ చర్య వలన శక్తి నా కుమార్తె మెదడుకు నేరుగా చేరుతుంది అనే ఉద్దేశ్యంతో నేను దీనిని భోజనాల గదిలోని ఫర్నిచర్లో ఉంచాను.

సుమారు 5 నుండి 6 రోజుల తరువాత నా కుమార్తె తన అపార్థైంట్ నుండి దిగి నా వైపు రావడం చాలా ఆనందంగా చూశాను. ఎలా ఉన్నావని ఆమె నన్ను అడిగింది కుర్చీని ముందుకు లాగి, కూర్చుని టీవీలో సీనిమా చూసింది. ఆ తరువాత ఆమె నాతో భోజనం కూడా చేసింది. ఆ రోజు నుండి ఆమె ప్రతిరోజూ నా వద్దకు వస్తూ కూరలు వంటివి చేయడం మరియు వంట చేయడం కూడా ప్రారంభించింది. 7 సంవత్సరాలు ఒంటరితనం తరువాత వచ్చిన మార్పు అద్భుతమైనదని నేను ధృఢంగా చెప్పగలుగుతున్నాను. వైబ్రియానిక్స్ యొక్క శక్తివంతమైన చికిత్సను కొనసాగిస్తాను. ఈ విధమైన చికిత్స పద్ధతిని అందించినందుకు చాలా ధన్యవాదాలు .”

+++++

7. ముఖం పై పింగిల్స్ ^{03558...ఫ్రాన్స్}

74 ఏళ్ల మహిళకు 2018 ఆగస్టు 17 న నుదిటిపై చిన్న మొటిమలు కనిపించాయి. అదే రోజు, ఆమె చర్మవ్యాధి నిపుణుడు సూచించిన క్రిమ్ వ్రాయడం ప్రారంభించారు. రెండు రోజుల తరువాత, తేలికపాటి జ్వరంతో, ఆమె ముఖం మరియు కనురెప్పల మీద వాపు ఎక్కువైంది(చిత్రంలో చూడండి). ఆగస్టు 22 న, ఆమె పరిస్థితి పింగిల్స్ అని నిర్ధారించబడింది మరియు రోగి ఒక వారం రోజులు నొప్పికి ఓపియాయిడ్ అనాల్జెసిక్స్ తో పాటు యాంటీబయోటిక్ మందులను తీసుకున్నారు. ఆమె ప్రతి రాత్రీ 2-3 గంటలు మాత్రమే నిద్రపోగలుగుతుండడంతో బాగా అలసటగా ఉంటోంది.

ఆమె అభ్యాసకుడిని కలవాలని నిర్ణయించుకొని 2018 ఆగస్టు 23న వారిని సంప్రదించగా క్రింది రెమెడీలు ఇవ్వబడినవి:

శరీరం మీద రాసుకోవడం కోసం:

#1. CC7.3 Eye infections...TDS in water వాచిన కనురెప్పలుమీద చల్లుకోడానికి

#2. CC9.4 Children's diseases + CC21.2 Skin infections...TDS in water కనురెప్పలు కాకుండా వాచిన ముఖం మీద చల్లుకోడానికి.

షింగిల్స్ కోసం:

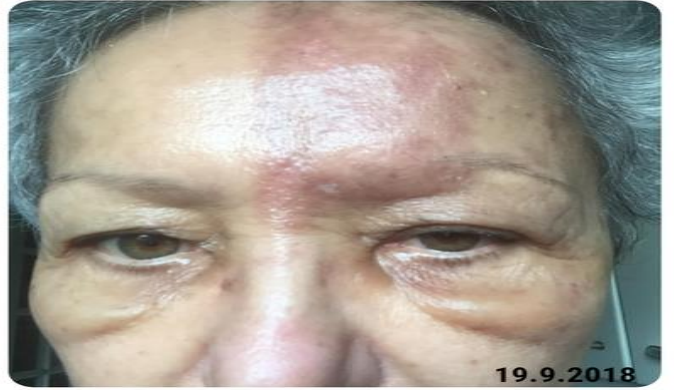
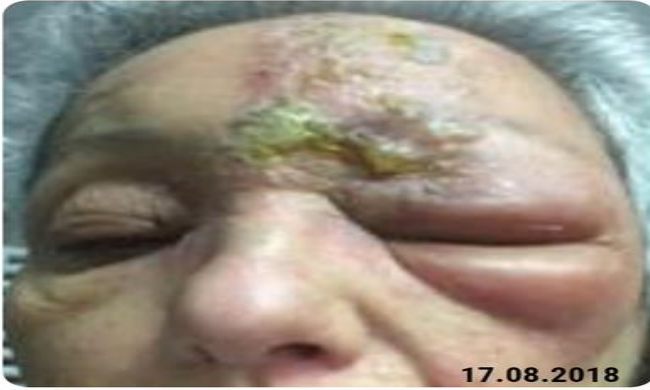
#3. CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.8 Herpes + #1 + #2...QDS నీటితో తీసుకోవడానికి

నిద్ర లేమీ కోసం:

#4. CC15.2 Psychiatric disorders + CC15.6 Sleep disorders...నిద్రపోవడానికి అర్థగంట ముందు ఒకసారి, తరువాత నిద్రవచ్చేవరకు ప్రతి పదినిమిషాలకు ఒకసారి.

4 వారాల తరువాత సెప్టెంబర్ 19 న, రోగికి మొటిమలు తగ్గాయి (చిత్తంలో చూడండి) ఊదా రంగులో ఉన్న నుదిటి వాపు తప్పి, ఆమె ముఖ చర్మం మృదువుగా మారింది. ఆమె ఎడమ నుదిటిపై తేలికపాటి ఎర్రటి వాపు కలిగి ఉంది కాని జ్వరం లేదు. ఆమె కళ్ళు వాపు తగ్గి చూడటానికి వీలుగా మారాయి. అలసట స్వల్పంగా ఉన్నప్పటికీ ఆమెకు నిద్ర మెరుగుపడింది. వైబ్రియోనిక్స్ ప్రారంభించిన 11 వారాల తరువాత 2018 నవంబర్ 8 న రోగి యొక్క ముఖం మరియు, కళ్ళు దాదాపు సాధారణమయ్యాయి, నుదిటిపై వాపు 80% తగ్గినప్పటికీ కొద్దిగా ఊదా రంగులో ఉంది (చిత్తంలో చూడండి). ఆమె నొప్పి నివారణ (పెయిన్ కిల్లర్) తో పాటు మొత్తం 4 రెమెడీలను కొనసాగించసాగారు.

మొత్తానికి 6 నెలల తరువాత 2019 ఫిబ్రవరి 27 న, షింగిల్స్ యొక్క అన్ని లక్షణాలు మాయమయ్యాయి (చిత్తంలో చూడండి). ఆమె ముఖం మొత్తం మృదువుగా మారింది, చర్మం ఊదా రంగులో లేదు, కళ్ళు మామూలుగా అయ్యాయి, ఇప్పుడు ఆమె 5-6 గంటలు హాయిగా నిద్రపోగలుగుతున్నారు. తనకు 100% నయమైందని భావించారు. # 3 మరియు # 4 యొక్క మోతాదు BD కి తగ్గించబడింది, ఇవి ఆమె ఏప్రిల్ 2019 వరకు కొనసాగింది.



ఆమె డిసెంబర్ 2018 చివరి వారంలో ఓపియేట్ అనాలజ్జెసిక్స్ వాడటం మానేసింది .2019 ఆగస్టు నాటికి, ఆమెకి వ్యాధి యొక్క ఏ లక్షణాలు పునరావృతం కాలేదు అని తెలిపారు.

ఎడిటర్ యొక్క సూచన : నోటిలో తీసుకోవడానికి మరియు శరీరం మీద రాయడానికి అత్యంత ఉపయోగకరమైన పరిహారం : CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC21.2 Skin infections + CC 21.8 Herpes త్వరగా నివారణ కలగడానికి ఇవ్వాలి. నిద్రలేమికి CC15.2 ఇవ్వవలసిన అవసరం లేదు.

+++++

8. వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోధ (అల్సరేటివ్ కొలైటిస్), బ్రక్సిజం 03558 ... ఫ్రాన్స్

53 ఏళ్ల వ్యక్తి గత 11 సంవత్సరాలుగా కడుపునొప్పి, శ్లేష్మం మరియు రక్తంతో కూడిన విరేచనాలతో బాధపడుతూ ఉన్నాడు. వికారం మరియు వాంతితో పాటు భోజనం చేసిన వెంటనే అతనికి విరోచనం ఆపుకొనలేని పరిస్థితి ఉండేది. దీని ఫలితంగా ఆకలి తగ్గిపోతుంది. ఇది 2006 లో వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోధగా (అల్సరేటివ్ కొలైటిస్) నిర్ధారించబడింది. 2 సంవత్సరాలు పాటు పెంటాసా సుపోజిటరీస్ తీసుకొన్నారు, అయినా ఇది అతనికి ఉపశమనం కలిగించలేదు. తరువాత 3 సంవత్సరాల పాటు, అతను రక్తస్రావం, రెక్టో-కొలిటిస్ కోసం చికిత్స పొందాడు. దీనివలన ఎటువంటి మెరుగుదల కనిపించలేదు. పైగా అతను 15 కిలోల బరువును కోల్పోయాడు. దీనితో అతనిని ప్రతి 8 వారాలకు ఒకసారి రెమికేడ్ 400 mg డ్రీప్ మీద ఉంచారు. అతనికి 2 సంవత్సరాలు పాటు కార్టికోస్టెరాయిడ్ కూడా ఇచ్చి 2013 లో ఆపివేశారు. ఆరోగ్యం బాగోనందున, అతను 2014 లో ఉద్యోగం కోల్పోయి మానసిక వత్తిడికి గురయ్యాడు. 2017 అక్టోబర్ 15న, అతను అభ్యాసకుడిని కలిసినప్పుడు, అతని గత 2 సంవత్సరాల లక్షణాలు కడుపు నొప్పితో పురీషనాళం యొక్క వాపు, మలంలో రక్తంతో రోజుకు 3 సార్లు విరేచనాలు మరియు తీవ్రమైన నిరాశ, గత 15 సంవత్సరాలుగా తనకు బ్రక్సిజం (నిద్రలో పళ్ళు కొరికే అలవాటు) ఉందని రోగి వెల్లడించాడు, ఐతే దీనికి అతను ఎప్పుడూ చికిత్స తీసుకోలేదు. అభ్యాసకుడు అతనికి ఈ క్రింది రెమెడి ఇచ్చారు:

వ్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోధ మరియు బ్రక్సిజం కోసం:

#1. CC 4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.6 Diarrhoea + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders... ప్రతి పది నిమిషాలకు ఒక మోతాదుచొప్పున 2 గంటల పాటు తరువాత 3 రోజులు 6TD, తరువాత TDS

అతను క్రమబద్ధమైన రెమికేడ్ డ్రీప్ కాకుండా ఏ ఇతర చికిత్స తీసుకోలేదు. అతను నివారణ తీసుకున్న రోజునే, సాయంత్రం తీవ్రమైన తలనొప్పి వచ్చింది, ఇది ఒక వారం పాటు కొనసాగింది. పుల్టాట్ ఉన్నప్పటికీ, అతను తన సమస్యలనుండి త్వరగా ఉపశమనం పొందడానికి సూచించిన మోతాదును కొనసాగించాడు.

మూడు వారాల తరువాత 2017 నవంబర్ 8 న, అతని విరోచనాల సంఖ్య రోజుకు ఒకసారికి తగ్గింది, మరియు నొప్పి మరియు మంటితో పాటు మలంలో రక్తం రావడం సగానికి తగ్గింది. ఇక అతను విరోచనం ఆపుకొనలేని స్థితి, వికారం లేదా వాంతి పూర్తిగా అదృశ్య మయ్యాయి. అలాగే, దవడలలో కొంత భాద ఉన్నప్పటికీ అతను రాత్రి పూట పళ్ళు కొరకడం మానేశాడు. తరువాతి 2 నెలల్లో, పెద్దప్రేగు శోధకు సంబంధించి అతని ఆరోగ్యం మెరుగుపడిందని గమనించి, డ్రీప్ ని అతని వైద్యుడు ఆపాడు, ఇతరత్రా మందులు కూడా సూచించలేదు. అతనికి క్రమబద్ధమైన ఉద్యోగం లేనందున, చేస్తున్న పనిలో వత్తిడి కలిగినప్పుడల్లా రాత్రి పళ్ళు కొరికే అతని అలవాటు తిరిగి కనిపించసాగింది.

2018 జనవారి 8 న రెమెడి #1 క్రిందివిధంగా సవరించ బడింది:

2. CC4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.6 Diarrhoea + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...TDS

బ్రక్సిజం కారణంగా అతని నిద్ర చెదిరిపోతే, ఈక్రింద రెమెడి # 3 ని అదనంగా రాత్రిపూట తీసుకునేందుకు సహాయకారిగా ఇవ్వబడింది:

3. CC15.2 Psychiatric disorders + CC20.4 Muscles & Supportive tissue ప్రతి 10 నిమిషాలకు ఒక మోతాదు చొప్పున పళ్ళుకొరకడం ఆపవరకూ తీసుకోవాలి.

తరువాతి 2 నెలల్లో, రోగి కడుపులో నొప్పి మరియు మంట లేకుండా పోయాయి. రక్తం లేదా శ్లేష్మం పడడం కూడా తగ్గిపోయి విరోచినాల సంఖ్య రోజుకు ఒక్కసారి చొప్పున స్థిరంగా ఉండసాగింది. అతను రాత్రిళ్ళు పళ్ళు కొరకడం కూడా దాదాపు మానేశాడు. ఐతే అతనికి దవడలలో కొంచెం నొప్పిఉండేది కానీ అది కూడా మోతాదు తీసుకున్న వెంటనే అదృశ్యమయ్యేది. వైబ్రియోనిక్స్ చికిత్స ప్రారంభించిన 5 నెలల తరువాత, ప్రణోత్పత్తి పెద్దప్రేగు శోధ యొక్క అన్ని లక్షణాలు పూర్తిగా అదృశ్యమయ్యాయి. 2018 మార్చి 19 నాటికి #2 యొక్క మోతాదు BD కి తగ్గించబడింది.

3 నెలల తరువాత 2018 జూన్ 15న అతను 5 కిలోల బరువును తిరిగి పొందాడు. అంతేకాక తన అభిరుచి మేరకు సంతృప్తికరమైన ఉద్యోగం చూసుకొన్నాడు. ఇందులో శారీరక శ్రమ అధికంగానే ఉన్నప్పటికీ పళ్ళు కొరుకుడు వంటి వ్యాధి లక్షణాలు ఏవీ పునరావృతం కాలేదు. ఇప్పుడు అతనికి ఆకలి బాగానే అవుతోంది, పోషక విలువలు ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకుంటూ చక్కగా ప్రార్థన చేస్తూ ప్రశాంతంగా ఉండగలుగుతున్నాడు. అతనికి లక్షణాలు ఏవీ పునరావృతం కానందున, #2 యొక్క మోతాదు OD కి తగ్గించబడింది #3 ఆపివేయబడింది.

2018 సెప్టెంబర్ 16న, రోగి యొక్క సౌలభ్యం ప్రకారం #2 మోతాదును OW కు తగ్గించమని సలహా ఇచ్చారు. 2019 ఆగస్టు లో అతనితో చివరిగా మాట్లాడినప్పుడు, వ్యాధి లక్షణాలు ఏవీ పునరావృతం కాలేదు మరియు రోగి రెమెడీ #2 ని OW గా తీసుకుంటున్నాడు.

+++++

9. ఋతుక్రమంలో అధిక రక్తస్రావం (మెనోరేజియా) 12051...ఇండియా

13 సంవత్సరాల బాలికకు, 2018 ఏప్రిల్ 19 వ తేదీ రజస్వల అయినప్పటినుండి వారం రోజుల పాటు ఋతుక్రమంలో అధిక రక్తస్రావం అవుతోంది. ఆ తరువాత ఐదు వారాల్లో ఆమెకు మరో రెండు సార్లు ఋతుక్రమంలో అధిక రక్తస్రావం అయింది. ఆమె తల్లి అభ్యాసకురాలు అయినందున 2018మే3న క్రింది రెమెడీ ఇచ్చారు:

#1. CC8.7 Menses frequent + CC15.1 Mental and Emotional Tonic...QDS

పెద్దగా మార్పు లేకుండానే 6 వారాల్లో ఋతుక్రమంలో మరో 2 సార్లు అధిక రక్తస్రావం అయింది. ప్రారంభ దశలో ఇటువంటి సంఘటనలు జరిగినప్పటికీ, వైబ్రియోనిక్స్ రెమెడీతోనే సమస్య పరిష్కారమవుతుందని తల్లి నమ్మకంగా ఉంది. అభ్యాసకురాలి కుమార్తెకు నెలసరి ఇంకా 3 వారాల వ్యవధి ఉన్నప్పుడు ఆమె 2018 ఆగస్టు 14 న గైనకాలజిస్ట్ ను సంప్రదించారు. గైనకాలజిస్ట్ సూచించిన అల్లోపతి మందులు 2 రోజుల్లో అధిక రక్తస్రావాన్ని తగ్గించినప్పటికీ, రక్తస్రావం మరో 12 రోజులు పాటు కొనసాగింది. ఆ పరిస్థితిలో ఆమె పాఠశాలకు వెళ్లడం కష్టంగా ఉండటంతో ఇది రోగికి విసుగు కలిగించింది. వైద్యుడు ఆమెకి హార్మోన్ల చికిత్సను సూచించారు, కానీ ఆమె తల్లి అల్లోపతి మందులను కొనసాగించడానికి ఇష్టపడలేదు.

బదులుగా 2018 సెప్టెంబర్ 17న సీనియర్ ప్రాక్టీషనర్¹⁰³⁷⁵ సంప్రదించారు. #1 స్థానంలో ఈ క్రింది రెమెడీ ఇవ్వబడినది:

#2. NM6 Calming + NM56 Menses Bleeding + BR16 Female + SR256 Ferrum Phos + SR537 Uterus...TDS

3 రోజుల తరువాత, ఆమె ఋతుక్రమం ప్రారంభమైంది (ఇది ఆమె మునుపటి ఋతుక్రమానికి సరిగ్గా 3 వారాలు తర్వాత), మరియు సాధారణ రక్తస్రావం తో 10 రోజులు కొనసాగింది. తరువాతి మూడు ఋతుక్రమాలు సాధారణ రక్తస్రావంతో 7 రోజులు పాటు అక్టోబర్ నుండి క్రమం తప్పకుండా కొనసాగాయి. జనవరి 19 నుండి ఋతుక్రమంలో రక్తస్రావం కాల వ్యవధి 4-5 రోజులకు తగ్గి స్థిరంగా ఉంది. 7 నెలల తరువాత 2019 ఏప్రిల్ 29 న మోతాదు OD కి తగ్గించబడింది, తరువాత 2019 జూలై 1 నుండి పూర్తిగా ఆపివేసే వరకూ మోతాదు క్రమంగా తగ్గించబడింది. 2019 ఆగస్టు 19 నాటికి, రోగి తన ఋతుసమస్యల పునరావృతం లేకుండా 100% బయటపడింది.

+++++

10. మణికట్టు మరియు మోచేతి కీళ్లలో దీర్ఘకాలిక నొప్పి ^{11605...ఇండియా}

68 ఏళ్ల మహిళకి 6 నెలల క్రితం నుండి తన కుడి ముంజేయి మరియు మోచేయి కీళ్లలో తేలికపాటి నొప్పి ప్రారంభమైనది. నొప్పి పెరగడంతో రోజువారీ వంటగది పనులను కొనసాగించడం ఆమెకు కష్టతరం కావడంతో, ఆమె ఒక ఆర్థోపెడిక్ వైద్యుడిని సంప్రదించింది, అతను సూచించిన విధంగా పెయిన్ కిల్లర్ తీసుకుంటూ జెల్ ను అప్లై చేసేవారు. అతిగా వాడటం వల్ల ఆమె కండరాలు బలహీనంగా ఉన్నందున, ఆమె ముంజేయికి కనీసం ఒక నెల రోజులు విశ్రాంతి ఇవ్వమని వైద్యుడు సలహా ఇచ్చారు. ఒక వారంలో నొప్పి తగ్గింది మరియు ఆమెకు ఇంటి పనులలో ఎవరి సహాయం లేనందున, నిర్దేశిత విశ్రాంతి కాలం ముగిసేలోపు, ఆమె తన సాధారణ ఇంటి పనిని తిరిగి ప్రారంభించింది. ఒక నెలలోనే, ఆమెకి నొప్పి మళ్లీ ప్రారంభమైంది. ఆమె దానిని 3 నెలలు పాటు విస్మరించింది, దీనివలన నొప్పి చాలా ఎక్కువై నిరంతరం ఉండసాగింది. అది ఎలా ఉంది అంటే ఆమె స్నానం చేసేటప్పుడు కనీసం ఒక మగ్ నీళ్ళు కూడా ఎత్త లేకపోయింది. ఈసారి ఆమె ఇటీవల ప్రాక్టీషనర్ గా అర్హత సాధించిన తన అల్లుడి నుండి వైబ్రియోనిక్స్ చికిత్స తీసుకోవడానికి సిద్ధపడింది.

2019 ఫిబ్రవరి 11 న, ఆమెకు ఈక్రింది రెమెడీ ఇవ్వబడింది:

#1. CC20.2 SMJ Pain + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...TDS

3రోజుల్లో, ఆమె నొప్పి 50% తగ్గింది, మరియు మరో 4 రోజుల్లో ఆమె నొప్పిని భరించగలడంతో తన ఇంటి పనులను తిరిగి ప్రారంభించింది. రెమెడీ ప్రారంభించిన ఒక నెల తరువాత, ఇంట్లో పనిభారం పెరిగిన సందర్భాలలో తప్ప ఆమెకి నొప్పి లేకుండా ఉంది. మరో నెల తరువాత, ఆమె తన ఇంటి పనులన్నీ ఎటువంటి నొప్పి లేకుండా చేయగలిగినప్పటికీ TDS వద్ద రెమెడీను కొనసాగించడానికి ఇష్టపడింది.

ఆమె వయస్సు మరియు ఇంటి పని చేయవలసిన అవసరాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని, రెమెడీ #1ని 2019 మే 1 న క్రింది విధంగా మెరుగు పరిచి ఇవ్వడమైనది:

#2. CC12.1 Adult tonic + #1...OD

2019 జూలై 1న, #2 ఆపివేయబడింది. రెమెడీ # 1ని 3TW వద్ద తిరిగి మొదలుపెట్టి, ఆగస్ట్ 1 న ఆపివేయబడే వరకు క్రమంగా తగ్గించ బడింది. నివారణా చర్యగా ఆమెకు CC17.2 Cleansing...TDS ఒక నెల పాటు, తరువాతి నెల CC12.1 Adult tonic + CC20.4 Muscles & Supportive tissue, అలా సంవత్సరం పాటు ఇవ్వటం జరిగింది. 28 ఆగస్టు 2019 నాటికి ఆమెకు పూర్తిగా నయం అయినది.

ఆ ప్రశ్నలు జవాబులు ✪

1. వైబ్రో ఉపయోగించి వ్యాధి నుండి నయం అయిన ఆరోగ్యకరమైన రోగులలో వ్యాధులు రాకుండా నివారించడానికి నేను వైబ్రియోనిక్స్ ని ఎలా ఉపయోగించగలను?

జవాబు : శ్రీ సత్యసాయి బాబా తన ప్రసంగాలలో తరచుగా నొక్కిచెప్పినట్లుగా వ్యాధి నివారణ చాలా ముఖ్యం. అభ్యాసకుడు తన రోగులకు వైబ్రియోనిక్స్ లో ఉన్న వ్యాధినిరోధక శక్తిని పెంచే రెమెడీ గురించి మరియు అది వ్యాధి నయం అయినప్పుడు వాడటానికి సరైన సమయం అని తగిన విధంగా తెలియజేయాలి. వారికి CC12.1 Adult tonic ఒక నెల, తరువాత నెల CC17.2 Cleansing మరలా CC12.1 Adult tonic ఒక నెల, తరువాత నెలలో CC17.2 Cleansing ఇలా ఒక సంవత్సరం పాటు ఇవ్వవచ్చు. ఈ నివారణ సైకిల్ యొక్క మోతాదు రెండవ సంవత్సరంలో BD కి మరియు మూడవ సంవత్సరంలో OD కి తగ్గించవచ్చు. రోగి మధ్యలో ఏదైనా వ్యాధికి గురైతే, వ్యాధికి తగిన రెమెడీ ఇచ్చి ప్రక్షాళన సైకిల్ కొనసాగవచ్చు, కాని 2 రెమెడీలు తీసుకునే మధ్య ఒక గంట వ్యవధి ఉండాలి. లేదా ప్రత్యామ్నాయంగా, మీరు ప్రక్షాళన సైకిల్ ఆపివేసి, వ్యాధి తీవ్రత తగ్గే వరకు వ్యాధికి

మాత్రమే అదనపు రెమెడిను ఇవ్వవచ్చు మరియు తరువాత ప్రక్షాళన సైకిల్ తిరిగి ప్రారంభించవచ్చు. రోగి తన ఆరోగ్యకరమైన కుటుంబ సభ్యులను మరియు స్నేహితులను కూడా ఇటువంటి నివారణ చికిత్స గురించి చెప్పి ఒప్పించడానికి ప్రేరేపించవచ్చు.

2 . మా దేశంలో ఇండైల్ ఆల్కహాల్ సులభంగా దొరకనందున నేను ఇండైల్ ఆల్కహాల్ వాడకాన్ని ఎలా తగ్గించగలను?

జవాబు : మా వార్తాలేఖ యొక్క వాల్యూమ్ 10 # 2లో (క్రింద ఇవ్వబడిన లింక్), 20మి.లీ (2డ్రామ్) బాటిల్ మాత్రలకు 1 చుక్క ఆల్కహాల్ సరిపోతుందని వివరించబడింది. అయినప్పటికీ, కొంతమంది అభ్యాసకులు ఒకటి కంటే ఎక్కువ చుక్కలను జోడించడం వల్ల వేగంగా ఫలితాలు వస్తాయని తప్పుగా అనుకుంటున్నారు. దీనివలన ఎక్కువ ఆల్కహాల్ మాత్రమే ఖర్చు అవుతుంది. వైబ్రేషన్ అనేది స్వచ్ఛమైన శక్తి అది గుణాత్మక స్థాయిలో పనిచేస్తుంది. వ్యాధి అత్యంత తీవ్రంగా ఉన్న పరిస్థితులలో మీరు నివారణ చేయడానికి ఒక చుక్కను నేరుగా 200 మి.లీ నీటిలో చేర్చవచ్చు. క్యాప్ నిర్వహించవలసిన పరిస్థితులలో ఒకే వ్యాధికి ఎక్కువ బాటిల్స్ అవసరమైనప్పుడు, 450 గ్రాముల మాత్రలకు (ఒక ప్యాకెట్) కేవలం 15 చుక్కల కాంబోను జోడించవచ్చు .

<http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%20%03-202019Mar-Apr%20HS.pdf>

3. తెలిసిన రోగులు, బంధువులు, స్నేహితులు లేదా ఉన్నత కార్యాలయం లేదా హోదాను కలిగి ఉన్నవారు, చికిత్స ఆశిస్తున్నప్పుడు లేదా చికిత్స కోసం అభ్యాసకుడు వారిని సందర్శించాలని అనుకున్నప్పుడు పరిస్థితిని ఎలా పరిష్కరించాలి?

జవాబు : ఇది అంత తేలికైన పరిస్థితి కాదు, కానీ ఖచ్చితంగా ఎదుర్కోవాల్సిన సవాలు. ప్రతి సమస్యకు పరిష్కారం ఉంది . అన్నింటికంటే ముఖ్యముగా ప్రతి పరిస్థితిని మనం అప్రమత్తమైన మనస్సుతో, దయగల హృదయంతో చూడాలి. అదే సమయంలో, అభ్యాసకులుగా మన వృత్తిని మనం గౌరవిస్తూ క్రమశిక్షణకు కట్టుబడి రోగిని వ్యక్తిగతంగా చూడవలసి ఉంటుంది, అది క్లినిక్ వద్ద (అది ఇంట్లో ఉండవచ్చు) మరిఎక్కడైనా క్రమం తప్పకుండా రోగులను చూసే నిర్ణీతప్రదేశంలో అయి ఉండాలి. ఇంకా, రోగి వివరాలకు సంబంధించిన రికార్డును సరిగ్గా నిర్వహించాలి, రెమెడి జాగ్రత్తగా తయారుచేయాలి మరియు మొదటి మోతాదును ప్రేమగా మరియు ప్రార్థనతో అందించాలి. రోగి అభ్యాసకుడిని సందర్శించాలి అనే సాధారణ ప్రోటోకాల్ కు విరుద్ధంగా వ్యక్తి డిమాండ్ ఉన్నప్పుడు, క్రమం తప్పకుండా రోగులను చూసే నిర్ణీతప్రదేశాన్ని సందర్శించడానికి వారిని మనం మర్యాదపూర్వకంగా ఆహ్వానించవచ్చు, తద్వారా వారికి సరైన చికిత్సను చేయవచ్చు. మనం ప్రార్థన చేసి, దేవునితో కనెక్ట్ అయ్యి మరియు ఆయనను మన ద్వారా పనిచేయడానికి అనుమతించినప్పుడు, ఆయన ఏమిచేయాలో స్పష్టత ఇస్తాడు. ఎప్పుడు క్రమశిక్షణను కఠినంగా పాటించాలో మరియు ఎలాంటి పరిస్థితులలోనైనా మన వృత్తిపరమైన ప్రమాణాలు లేదా నీతి విషయంలో రాజీ పడకుండా అటువంటి రోగులను భిన్నంగా ఎలాచూడగలమో మనకి తెలుస్తుంది. తప్పుడు మార్గాలను ఏర్పరచుకోవద్దని మరియు అందులో పడకూడదని మనం గుర్తుంచుకోవాలి.

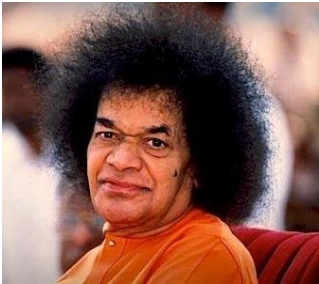
4. రోగులు నన్ను “డాక్టర్” అని సంబోధించినప్పుడు నా విధానం ఏమిటి, నేనుఎలా సమదాన పడగలను?

జవాబు : రోగి సాధారణంగా వ్యాధి నుండి ఉపశమనం పొందటానికి అభ్యాసకుడిని సందర్శిస్తాడు. అతనికి, అభ్యాసకుడు తను విశ్వసించే డాక్టర్ కంటే తక్కువ కాదు అనే నమ్మకం ఉంటుంది. అందువల్ల, మనలను సంప్రదించిన వారి విశ్వాసానికి భంగం కలిగించేలా మనం ఏమీ చెప్పకూడదు లేదా చేయకూడదు. అదే సమయంలో మనకై మనం డాక్టర్ గా ప్రత్యక్షంగా లేదా పరోక్షంగా కనబడటానికి ప్రయత్నించకూడదు. మనం దేవునికి వినయపూర్వకమైన సాధనంగా పనిచేస్తున్నందున రోగి వ్యక్తం చేసిన ఎటువంటి ప్రశంసలు అయినా సరే మన లోపలవున్న ప్రభువుకు సమర్పించాలి.

5. కొన్నిసార్లు మియాజమ్ కాంబోతో పాటు మరియు కొన్నిసార్లు కాంబోకు ముందు మరియు తరువాత 3 రోజుల గ్యాప్ తో మియాజమ్ ఒక్కటే సిఫార్సు చేయబడుతుంది? దయచేసి దీని గురించి వివరణ ఇవ్వగలరు.

జవాబు : ప్రతి మియాజం శరీరంలోని అనేక వ్యాధులకు సంబంధించిన మూలాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మనలో చాలా మందికి ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ మియాజం నిద్రాణంగా ఉంటాయి, అవి జీవనశైలి సరిగ్గా లేకపోవటం మరియు మానసిక వ్యతిరేక విధానాల వల్ల బయటపడవచ్చు. ప్రతి మియాజం రెమెడీ లోతుగా పనిచేయటం వల్ల పుల్టాట్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. అందువల్ల ఒక సమయంలో ఒకే మియాజం ఉపయోగిస్తారు మరియు ఒక వ్యక్తి అన్ని విధాలా మంచి ఆరోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు మాత్రమే ఇవ్వబడుతుంది. దీనికి ముందు, సమర్థవంతంగా పనిచేయడానికి తగిన భూమిక కోసం **SR218 Base Chakra** 7 రోజులు పాటు **OD** గా ఇవ్వడం మంచిది. అలాగే, మియాజం ప్రారంభించడానికి 3 రోజుల ముందు అన్ని ఇతర రెమెడీలు ఆపివేయబడతాయి మరియు మియాజం మోతాదు ఇచ్చిన వారం తరువాత మాత్రమే రెమెడీలు కొనసాగుతాయి. ఈ జాగ్రత్తలన్నీ మియాజం దాని ప్రయోజనాన్ని సాధించడానికి సమర్థవంతంగా పనిచేయడానికి వీలు కల్పిస్తాయి. కానీ కొన్ని సందర్భాల్లో వ్యాధి లక్షణాలు తగ్గించటానికి అవకాశం లేనప్పుడు, ఒక వ్యాధి చికిత్సకు సహాయపడటానికి ఇతర నివారణలతో ఏకకాలంలో ఒక మియాజం ఇవ్వబడుతుంది మరియు ఇక్కడ, పుల్టాట్ కి చాలా తక్కువ అవకాశం ఉంది. 108 సిసి పెట్టెలోని చాలా కాంబోలలో కొన్ని వ్యాధుల నుండి పుల్టాట్ రాకుండా ఉపశమనం కలిగించడానికి ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ మియాజంలు ఉన్నాయి. ఇవి అన్నిరకాల క్యాన్సర్లు మరియు కణితులు, అన్ని రకాల అంటువ్యాధులు వ్యాధినీరోదక శక్తి లేకపోవటం వల్ల వచ్చే వ్యాధులు, మానసిక సమస్యలు, మెదడులో లోపాలు పక్షవాతం మరియు ఆర్థరైటిస్ వంటి వ్యాధులను విస్తృతంగా కవర్ చేస్తాయి.

ఆ దివ్య వైద్యుని దివ్యవాణి ఖ



“గుండె జబ్బులకు కారణం ఏమిటి? చాలామంది వైద్యులు ధూమపానం, కొవ్వుపదార్థాలు తీసుకోవడం, అతిగా తినటం మరియు ఇతర అలవాట్లు అని చెప్తూ ఉంటారు. ఆహారము మరియు అలవాట్ల మధ్య ఉన్న సంబంధాన్ని సరిగ్గా అర్థం చేసుకోవాలి. భౌతిక శరీరం మరియు అంతర్గత భావాలు అనగా ఆత్మ మధ్య సమతుల్యత ఉండేలా మనం చూడాలి. ఆధునిక మనిషి నిరంతరం ఆత్మతతో ఉంటాడు ఈ ఆత్మత ఆందోళన అవుతుంది ఇది శారీరక ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది గుండె సమస్యలకు ప్రధాన కారణం హార్టీ, వర్టీ, కర్టీ లేదా ఆత్మత, ఆందోళన, కూర (కొవ్వు పదార్థాలు)అని చెప్పవచ్చు.”

... సత్యసాయిబాబా వారి సమగ్ర వ్యాధి నివారణ విధానం దివ్యవాణి 1993 ఫిబ్రవరి 6
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume26/sss26-04.pdf>

“దేవుడు మిమ్మల్ని ఎప్పుడు, ఎక్కడ సేవ చేశారు అని ప్రశ్నించడు, మీరు ఏ భావంతో సేవ చేశారు, మిమ్మల్ని ప్రేమించిన అంశం ఏమిటి అనే అడుగుతాడు. మీరు సేవ పరిమాణాన్ని దాని గురించి ప్రగల్భాలు పలకవచ్చు. కానీ దేవుడు మీ హృదయ పవిత్రతను మనసు యొక్క స్వచ్ఛతను సంకల్పం యొక్క పవిత్రతను మాత్రమే చూస్తాడు.”

... సత్య సాయి బాబా సేవా సమితి పై పాఠాలు దివ్యవాణి 19 81 నవంబర్ 19
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume15/sss15-31.pdf>

ఆ ప్రకటనలు

నిర్వహించబోయే శిబిరాలు

- ❖ క్రోయేషియా **జాగ్రెబ్:** AVP వర్క్ షాప్ 5-8 సెప్టెంబర్ 2019, సంప్రదించ వలసినవారు దుంజా dunja.pavlichek@gmail.com
- ❖ యూకే **లండన్:** నేషనల్ యాన్యువల్ రిఫైషర్ సెమినార్ 22 సెప్టెంబర్ 2019, సంప్రదించ వలసినవారు జెరమ్ jeramjoe@gmail.com లేక ఫోన్ నంబరు 020-8551 3979
- ❖ ఫ్రాన్స్ **అలెస్-గార్డ్:** SVP వర్క్ షాప్ 20-24 అక్టోబర్ 2019, సంప్రదించ వలసినవారు దేనియెల్ trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ ఫ్రాన్స్ **అలెస్-గార్డ్:** AVP వర్క్ షాప్ & రిఫైషర్ సెమినార్ 26-28 అక్టోబర్ 2019, సంప్రదించ వలసినవారు డానియెల్ trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ ఇండియా **పుట్టపర్తి:** AVP వర్క్ షాప్ 16-22 నవంబర్ 2019, సంప్రదించ వలసినవారు లలిత elay54@yahoo.com లేక ఫోన్ నంబరు 8500-676 092
- ❖ ఇండియా **పుట్టపర్తి:** SVP వర్క్ షాప్ 24-28 నవంబర్ 2019, సంప్రదించ వలసినవారు హేమ 99sairam@vibrionics.org
- ❖ ఇండియా **పుట్టపర్తి:** AVP వర్క్ షాప్ 23-29 ఫిబ్రవరి 2020 (గతంలో ప్రచురించిన తారీఖులు మార్చడమైనది దయచేసి గమనించగలరు) సంప్రదించ వలసినవారు లలిత elay54@yahoo.com లేక ఫోన్ నంబరు 8500-676 092
- ❖ ఇండియా **పుట్టపర్తి:** AVP వర్క్ షాప్ 08-14 జూలై 2020 సంప్రదించ వలసినవారు లలిత elay54@yahoo.com లేక ఫోన్ నంబరు 8500-676 092
- ❖ ఇండియా **పుట్టపర్తి:** AVP వర్క్ షాప్ 16-22 నవంబర్ 2020 సంప్రదించ వలసినవారు లలిత elay54@yahoo.com లేక ఫోన్ నంబరు 8500-676 092

ఆ అదనంగాలు

1. ఆరోగ్య చిట్కాలు

అవగాహనతో శ్వాసించండి!

శ్వాస మీకు ఎల్లప్పుడూ సోహం అనే ప్రక్రియను నేర్పుతూ ఉంటుంది. గాలి పీల్చినప్పుడు 'సో' అని వదిలినప్పుడు 'హం' అని శబ్దం వస్తూ ఉంటుంది. ఈ ప్రక్రియను జాగ్రత్తగా గమనించాలి. ఇక్కడ సో అనేది దివ్యత్వానికి మరియు హం అనేది అహంకారము (ఇగో) కు సంబంధించినది. దైవత్వం మన శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తూ ఉండగా అహంకారము మనల్ని వదిలి బయటకు వెళుతుంది. మరియు శరీరంలోకి ప్రవేశించిన దివ్యత్వాన్ని శరీరంలోనే చక్కగా పట్టిఉంచ గలగాలి. .. శ్రీ సత్య సాయి బాబా .¹⁻²

1. శ్వాస లేనిదే జీవితం లేదు!

ఈ భూగ్రహం మీదికి వచ్చినప్పుడు మనం చేసిన మొదటి పని గట్టిగా శ్వాస తీసుకుని బిగ్గరగా ఏడవడంతో ఊపిరితిత్తులు పని చేయడం ప్రారంభించి జీవితం ప్రారంభం అవుతుంది. అలాగే మనం జీవిత అంత్య దశలో చేయబోయే పని ఏమిటంటే శ్వాస

వదులుతూ ఇతరులను ఏడ్చేలా చేయడం. కనుక ఈ రెండు ప్రధాన ఘటనల మధ్య 24 గంటలూ మనం శ్వాస తీసుకుంటూ వదులుతూనే ఉంటాము. అయినప్పటికీ మనం తీసుకునే శ్వాస పై శ్రద్ధ చూపము! 3

2. శ్వాస గురించి తెలుసుకుందాం

శ్వాస అంటే ఏమిటి? భౌతిక స్థాయిలో చూసినట్లయితే ఊపిరితిత్తుల్లోకి గాలిని తీసుకోవడం మరియు బయటకు వదలడం శ్వాసించడం అంటారు. మన మనుగడకు అత్యంత కీలకమైన ఆక్సిజన్ పీల్చిన గాలి నుండి తీసుకొనబడుతుంది మరియు వదిలిన గాలి ద్వారా కార్బన్ డై ఆక్సైడ్ విడుదల అవుతుంది. ప్రతిక్షణం మన ప్రమేయం లేకుండా ఈ ప్రక్రియ నిశ్శబ్దంగా జరుగుతూనే ఉంటుంది. అయితే ఇది కేవలం వాయువుల మార్పిడి మాత్రమే కాదు ఏదో ఒక అదృశ్య దివ్యశక్తి ఒక అఖండమైన తీగవలె ఈ ప్రక్రియను నడిపిస్తూ ఉంటుంది. కనుక ప్రధానమైన విషయం ఏమిటంటే ప్రతి శ్వాస మన దేహంతో ముడిపడి ఉంటుంది ఆ శ్వాస లేకపోతే శరీరం నిర్జీవమే అవుతుంది.⁴⁻⁶

శ్వాస ప్రక్రియ: శరీరంలోని ప్రతి అవయవానికి, ప్రతి కణానికి ప్రతి పనికి శక్తి ఉత్పత్తి చేయడానికి కోసం తాజా ఆక్సిజన్ సరఫరా అవసరం. పీల్చే గాలి వెచ్చగా తేమగా మరియు శరీర ఉష్ణోగ్రత కు అనుగుణంగా మార్పు చేయబడి తరువాత ముక్కు రంధ్రాల్లోనూ ఊపిరి తిత్తుల్లోనూ శుభ్రపరచ బడిన తరువాత ఆక్సిజన్ను శరీరం మొత్తానికి సరఫరా చేస్తాయి. రక్త ప్రసరణ వ్యవస్థ సహాయంతో వ్యర్థమైన గాలి కార్బన్ డయాక్సైడ్ తొలగించబడతాయి. మన మెదడు శరీరంలోని ఆక్సిజన్ మరియు కార్బన్ డయాక్సైడ్ స్థాయి గురించి నిరంతరం సంకేతాలను అందుకుంటూ వుంటుంది. ఈ సంకేతాలను వెన్నుపాము క్రింది నుండి డయాఫ్రామ్ (ఇది ఊపిరి తిత్తులకు కింద ఒక డిమ్ ఆకారంలో ఉన్నటువంటి కండరం) పంపుతుంది. ఇది ఊపిరి తీసుకునే సమయంలో సంకోచ వ్యాకోచాలు చెందుతూ ఉంటుంది. మెదడులో ఉన్న సెన్సార్లు రక్త కణాలు కండరాలు ఊపిరితిత్తులు మన యొక్క కార్యాచరణ స్థితి ఆలోచన మరియు భావోద్వేగాలను బట్టి మారుతున్న అవసరాలకు అనుగుణంగా శ్వాసను సర్దుబాటు చేస్తాయి.^{4,5,7}

సాధారణ శ్వాస యొక్క తరచుదనం: సాధారణంగా పెద్దవారిలో విశ్రాంతి తీసుకునే సమయంలో శ్వాస తీసుకునే సంఖ్య నిమిషానికి 12 నుండి 16 వరకు ఉంటుంది(ఒక రోజులో 17280 నుంచి 23040). నవజాత శిశువుల్లో ఇది నిమిషానికి 30 నుంచి 60 వరకు ఉంటుంది. ఇది వయసు పెరిగే క్రమంలో తగ్గుతూ ఉంటుంది, అయితే 65 సంవత్సరాలు దాటిన తర్వాత స్వల్పంగా పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. ఇది చేస్తున్న పనిని బట్టి అలాగే ఏ వయసులో అయినా సరే వ్యాధి వచ్చినప్పుడు ఈ శ్వాస తీసుకునే సంఖ్య పెరిగే అవకాశం ఉంది. డాక్టర్లు మనలను పరీక్షించే సమయంలో చూసే నాలుగు ప్రధానమైన సంకేతాలలో అనగా రక్తపోటు, నాడీ, ఉష్ణోగ్రతతో పాటు శ్వాస తీసుకునే సంఖ్య కూడా ఒకటి. అనారోగ్యకరమైన జీవనశైలి శ్వాసను వేగిర పరుస్తుంది తద్వారా వ్యాధి కి మార్గం సుగమం అవుతుంది. శ్వాస తీసుకునే సంఖ్యను ప్రభావితం చేసే అంశాలు ఒత్తిడి, ఆందోళన, భావోద్వేగాలు, ఉబ్బసం, న్యూమోనియా గుండెకు రక్త ప్రసరణ సరిగా లేకపోవడం, ఊపిరితిత్తుల వ్యాధి, మాదకద్రవ్యాల వాడకం, లేదా అధిక మోతాదులో ఔషధ సేవనం మొదలగునవి. సాధారణంగా శ్వాస నెమ్మదిగా నిమిషానికి 8-10 సార్లు తీసుకోవడం సాధారణ స్థాయి గాను సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి ఒక రాచబాట గానూ భావిస్తారు. మనం వ్యక్తిగతంగా శ్వాసించే సంఖ్యను మనం కొలవలేము ఎందుకంటే దానిపై దృష్టి పెట్టిన క్షణం నుండి శ్వాస నెమ్మదిగా మరియు గాడంగా మారిపోతుంది.⁸⁻¹²

నాసిక శ్వాస యొక్క ప్రాముఖ్యత: సాధారణ శ్వాస ముక్కు ద్వారా నెమ్మదిగా లోపలికి బయటకు వెళుతూ ఉంటుంది. మన నాసిక నోటికి భిన్నంగా ప్రాణాంతక బ్యాక్టీరియా తో సహా అనేక మలినాలను మరియు కలుషితాలను తొలగించే విధంగా నిర్మాణాత్మకంగా ఉంటుంది. శరీరంలో ఉన్న ఒక జన్యువు ముక్కు యొక్క గ్రాహకాలను ప్రేరేపించి ఈ ప్రక్రియకు సహాయపడుతుంది. నిజానికి ఆక్సిజన్ను శరీరం లోకి గ్రహించుకోవటం నిశ్వాస సమయంలోనే ఎక్కువ జరుగుతుంది కనుక ముక్కు ద్వారా గాలిని విసర్జించడం

నోటితో శ్వాసను విసర్జించిన దానికన్నా నెమ్మదిగా జరుగుతుంది, తద్వారా ఊపిరితిత్తులు మరింత ఎక్కువ ప్రాణవాయువును శరీరంలోకి తీసుకుంటాయి. అంతేకాక ఇది సరి అయిన ఆక్సిజన్ కార్బన్ డయాక్సైడ్ వాయువుల మార్పిడికి సహాయపడుతూ రక్తంలో పీహెచ్ స్థాయి సమతుల్యంలో ఉండటానికి దోహదం చేస్తుంది.^{9,13,14}

నోటి ద్వారా శ్వాసించడం వల్ల కలిగే ప్రమాదాలు: నోటి ద్వారా శ్వాస ప్రక్రియ కొనసాగినప్పుడు కార్బన్ డయాక్సైడ్ త్వరగా వదిలే అవకాశం ఉన్నందువలన ఆక్సిజన్ను గ్రహించడం మందగిస్తుంది. హైపర్ వెంటిలేషన్ కారణంగా అధిక బీపీ ఉబ్బసం గుండెజబ్బు వంటి అనారోగ్య లక్షణాలు తీవ్రమవుతాయి. సాధారణ శ్వాస ప్రక్రియలో ఉండే కొన్ని ముఖ్యమైన దశలు దాటవేయబడడం వల్ల ఊపిరి ఆడకపోవడం, గురక మరియు నిద్రావస్థ (స్లీప్ అప్నియా) వంటివి తలతే అవకాశం ఉంది. నోటి ద్వారా శ్వాసలు కొనసాగితే చెడు బ్యాక్టీరియా లోపలికి ప్రవేశించి ఇన్ఫెక్షన్లు శరీరాన్ని గురి చేసే అవకాశం ఉంది అంతేకాక తగినంత ఆక్సిజన్ అందక పోవడం కారణంగా ఊపిరితిత్తులు, గుండె మరియు మెదడు బలహీనపడే అవకాశాలు ఉన్నాయి. పగటిపూట మరియు రాత్రి నిద్రించే ముందు జాగ్రూకతతో ముక్కు ద్వారానే శ్వాసించడం అభ్యాసం చేయడం ద్వారా నోటితో గాలి తీసుకునే దురలవాటును పోగొట్టుకోవచ్చు.^{9,13,14}

కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితుల్లో అనగా నాసికా మార్గం మూసుకు పోయినప్పుడు లేదా పరిమితంగా శ్వాస కొనసాగుతున్నప్పుడు శరీరంలో తక్కువ ఆక్సిజన్ ఉన్నప్పుడు నోటి ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం అనివార్యం కావచ్చు ఎవరైనా శ్వాస తీసుకోవడానికి ఇబ్బంది పడుతూ ఉంటే వెంటనే అత్యవసర వైద్య సహాయం తీసుకోవడం మంచిది. సమస్య తీవ్రత తక్కువ స్థాయిలో ఉన్నప్పుడు ఫిజీషియన్ లేదా వైద్యురాలు అభ్యాసకుని సంప్రదించవలసి ఉంటుంది.

ప్రత్యామ్నాయ నాసికా శ్వాస : శరీర నిర్మాణ శాస్త్రం బోధించిన కొన్ని అంశాలు ఉన్నాయి. మన రెండు నాసికా రంధ్రాల ద్వారా శ్వాస ప్రవాహం ప్రకృతికి భిన్నంగా ఉంటుంది, అనగా ఎడమ నాసికా రంధ్రం ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం కుడి నాసికా రంధ్రం ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడానికి భిన్నంగా ఉంటుంది. దీనికి కారణం ముక్కు యొక్క మూలము వద్ద ఉన్న చిన్న చిన్న నరాల చివరలు మెదడుకు నేరుగా అనుసంధానింపబడి వాసన మరియు గాలి ప్రసరణ ద్వారా ప్రభావితం చేయ పడతాయి. నాసిక యొక్క ఒక రంధ్రం లో ఉన్న మెత్తటి కణజాలం ఉబ్బినప్పుడు దాని ఎదురుగా ఉన్న మరొక నాసికా రంధ్రం లోని కణజాలం ప్రత్యామ్నాయంగా కుంచించుకు పోతుందని పరిశోధన అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఇన్ఫ్లామేషన్ రిథమ్ గా పిలవబడే ఈ ప్రక్రియ ప్రతి గంట లేదా రెండు గంటలకు నిరంతరాయంగా జరుగుతూనే ఉంటుంది. భావోద్వేగానికి భంగం కలిగినప్పుడు అనుకూలంగా లేని ఆహార విహారాలు, కాలుష్యం లేదా ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా ముక్కు లో చికాకు ఏర్పడినప్పుడు ఇన్ఫ్లామేషన్ రిథమ్ లో మార్పులు జరుగుతాయి.¹⁵⁻¹⁷

నాసికా చక్రం యొక్క ప్రభావం: శ్వాస శాస్త్రంలో ప్రవీణులు మరియు యోగులు గమనించిన అంశం ప్రకారం కుడి నాసికా రంధ్రం ద్వారా శ్వాస తీసుకునే వ్యక్తులు మరింత అప్రమత్తంగా క్రియాశీలకంగా మరియు బాహ్య ప్రపంచ విషయాల పట్ల శ్రద్ధ చూపుతూ ఉంటారని అనగా మెదడు యొక్క ఎడమ భాగం చురుకుగా ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా ఎడమ వైపు శ్వాస తీసుకోవడం సృజనాత్మకత పెంచుతుందని, మెదడు యొక్క కుడి భాగాన్ని చురుకుగా చేసి, అంతర్దృష్టితో విషయాలను అవగాహన చేసుకుంటూ మానసిక ప్రశాంతతతో జీవించేటట్లు చేస్తుందని తెలుపుతున్నారు. అనగా ఇది వారి కుడి మెదడు యొక్క చురుకుదనాన్ని సూచిస్తుంది. ప్రాణాయామం వంటి వ్యాయామాలు రెండు నాసికా రంధ్రాల ద్వారా శ్వాస సమంగా ప్రవహించడానికి సహాయ పడతాయి కాబట్టి దానిని అనుకూల స్థితి ఏర్పరుస్తాయి. ప్రాణాయామం అనేది దానిని ముందు చేయవలసిన ఒక ప్రక్రియ. యోగ సిద్ధాంతాల ప్రకారం ఏమైనా ఆసనాలు వేసే ముందు లేదా ఏదైనా పని చేసేముందు ప్రాణాయామం చేస్తే శ్వాస సరిగ్గా లభిస్తుంది అని పేర్కొన్నారు. ఉదాహరణకు చురుకైన జీర్ణప్రక్రియ కోసం శరీరాన్ని సిద్ధం చేయడానికి తినడానికి ముందు కుడి నాసికా రంధ్రం తెరవడం మరియు నీరు లేదా ఇతర ద్రవ పదార్థాలు తీసుకునే ముందు ఎడమ నాసికా రంధ్రం తెరవడం, జీర్ణ

ప్రక్రియను వేగవంతం చేసేందుకు భోజనం తర్వాత ఎడమవైపు తిరిగి పడుకోవడం, నిద్ర పోవడానికి ముందు శరీరానికి తగినంత వెచ్చదనం కోసం ఎడమవైపు 5-10 నిమిషాలు పడుకొని ఆపై కుడివైపు తిరగడం, శరీరానికి కావలసినంత విశ్రాంతి పొందటానికి సులువుగా నిద్రపోవడానికి అన్ని విధాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.¹⁵⁻¹⁷ శాస్త్రీయ అధ్యయనాలు మరియు లోతుగా ఈ అంశాలను తెలుసుకోవలసి ఉంది. కొన్ని ప్రయోగాలు ఒకే నాసికా రంధ్రం ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం (యూని నోస్ట్రల్) ఒకదాని తర్వాత మరొక నాసికా రంధ్రం ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం (ఆల్టర్నేట్ నోస్ట్రల్ బ్రీథింగ్) వలన హృదయము మరియు రక్త నాళాల పరామితి లపై వేర్వేరు ప్రభావాలు చూపాయని అలాగే ఎడమ మరియు కుడి మెదడుల సమన్వయం పై కూడా ప్రభావం చూపాయని తెలుపుతున్నాయి. నియంత్రిత కుడి ఎడమ నాసికా శ్వాస జీవక్రియను మార్చ గలగటమే కాక రోగ నివారణ కూడా చేయగలదు. ముఖ్యంగా రక్తపోటు మరియు ఊపిరితిత్తుల వ్యాధుల నివారణలో దీని ప్రభావం అత్యంత ఫలవంతంగా ఉంది¹⁸⁻²⁰

నాసికా చిత్రంలో అవరోధం కలగడం : యోగా నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం ఒక నాసికా రంధ్రము మూసుకుపోయి శ్వాసకు అవరోధం కలిగితే అనారోగ్యానికి గురికావలసి వస్తుంది. ఒక రంధ్రం మూసుకుపోతే తరచుగా మనం నొప్పి లేదా తలనొప్పిని అనుభవిస్తాము ఒకే నాసికా రంధ్రం లో శ్వాస రెండు గంటలకు మించి ప్రవహించినప్పుడు అది మన ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. శ్వాస ఎంత ఎక్కువ సేపు ఓకే నాసికా రంధ్రంలో ప్రసరిస్తే అంత ఎక్కువగా అనారోగ్యానికి గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. ఉదాహరణకు నిరంతర కుడి నాసికా శ్వాస మధుమేహానికి దారితీస్తుంది, ఎడమ శ్వాస ఎక్కువకాలం కొనసాగితే అలసట మరియు మెదడు పనితీరు తగ్గడం ఉబ్బసం వంటివి కలుగుతాయి. నిపుణుల పర్యవేక్షణలో రెండు నాసికా రంధ్రాల్లో సరైన శ్వాస తీసుకుంటూ వీటిని పోగొట్టుకోవచ్చు. స్వర యోగా.¹⁶⁻¹⁷ అని పిలవబడే ఆల్టర్నేట్ నాసికా శ్వాసం నేర్చుకోవడం మరియు సాధన చేయడం ద్వారా ఈ సమస్యలు పునరావృతం కాకుండా చేయవచ్చు. కొన్ని అధ్యయనాల ప్రకారం శ్వాస క్రమంలో మార్పులు మానవులలో వివిధ వ్యాధి స్థితిగతులకు అనుగుణంగా ఉంటుంది ఉదాహరణకు కుడి నాసికా రంధ్రాల ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి గణనీయంగా పెరిగిందని మరియు ఎడమ నాసికా రంధ్రాల ద్వారా శ్వాస తీసుకోవడం వల్ల తగ్గిందని అధ్యయనాలు తెలుపుతున్నాయి.²¹

నాసిక ఆధిపత్యాన్ని స్వయంగా తనిఖీ చేసుకోవడం: మన ముక్కు దూలానికి ఎదురుగా జేబులో అమెరే చిన్న అద్దం పట్టుకొని నెమ్మదిగా శ్వాసను విడవడం ద్వారా నాసికా రంధ్రాలలో శ్వాస ఆధిపత్యాన్ని స్వయంగా తనిఖీ చేసుకోవచ్చు ముక్కుద్వారా గాలిని అద్దం పైకి విడిచినప్పుడు అద్దంపైన రెండు రకాల ఆవిరి బిందువులను చూపుతుంది ఆవిరై పోవడానికి ఎక్కువ సమయం తీసుకునేది ఆధిపత్య నాసికా రంధ్రాన్ని సూచిస్తుంది. శ్వాస మార్చుకోవడానికి ఆధిపత్య నాసికా రంధ్రం వైపు పదినిమిషాలు పడుకోవడం ద్వారా నాసిక శ్వాస క్రమంలో మార్పు తీసుకురావచ్చు. తిరిగి గమనించడానికి అద్దం ద్వారా తనిఖీ కూడా చేసుకోవచ్చు ఈ విధంగా సరైన అవగాహన పెంచుకోవడానికి తనపై తాను ప్రయోగాలు చేసుకోవచ్చు కానీ దానిలో ప్రావీణ్యం పొందాలనుకుంటే సమర్థమైన ఉపాధ్యాయుడిని లేదా శిక్షకుడుని సంప్రదించడం మంచిది. నాసికా చక్రం ప్రకారం శ్వాస వ్యక్తికి వ్యక్తికి మరియు ఒకే వ్యక్తిలో వేర్వేరు సమయాల్లో కూడా మారవచ్చు.²²

3. లయబద్ధమైన శ్వాసకు చిట్కాలు

నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం సాధారణంగా మనం తీసుకోనే శ్వాస అసలు సరైన శ్వాసే కాదు. ఇది ఊపిరితిత్తుల ఎగువ భాగం ద్వారా తీసుకుని నిస్సారమైన శ్వాస. కానీ నిజమైన శ్వాస శ్రద్ధ, అభ్యాసంతో అవగాహనతో కూడి ఉండి మనకు శక్తిని ఇస్తుంది.^{23,24}

సరళమైన శ్వాస లేదా సాధారణ శ్వాస: సహజంగా శ్వాస తీసుకోవడం మంచిదే కానీ అవగాహనతో తీసుకోవాలి. శ్వాస అనేది ఒక కొలమానం ప్రకారము బయటకు లోపలకు ప్రవేశించే విధంగా చూసుకోవడం ప్రాథమికమైన సరళమైన ఒక చిట్కా. ఇది మనసును శరీరాన్ని సామరస్య పరుస్తుంది. ఆ తర్వాత నిరంతర అభ్యాసంతో ఎవరికి వారు ఓం లేదా సోహం లేదా ఏదైనా పవిత్రమైన పదం మానసికంగా జపిస్తూ శ్వాసించ వచ్చు.²³

ఉదర పటలపు లేదా డయాఫ్రమాటిక్ శ్వాస: మనం వెనుకకు పడుకొని ఒక చేతిని ఛాతీపై మరొక చేతిని పొత్తికడుపు పై ఉంచితే సహజంగా శ్వాసించే టప్పుడు మన డయాఫ్రం యొక్క కదలికను గమనించవచ్చు. మనం ఊపిరి పీల్చుకున్నప్పుడు మన ఉదరం లోకి గాలిని పీల్చుకుంటున్నట్లు ఊహించుకుందాం. సరిగ్గా చేస్తే ఛాతీపై చేయి కదలకూడదు అయితే ఉదరముపై ఉంచిన చేయి శ్వాస లోపలికి తీసుకున్నప్పుడు పైకి , వదిలినప్పుడు కిందికి రావాలి. మనం పూర్తిగా శ్వాస లోపలికి తీసుకున్నప్పుడు డయాఫ్రం కిందికి లాగ బడుతుంది అప్పుడు గాలి ఊపిరితిత్తుల్లోకి వెళ్తుంది. దీనివల్ల ఉదరం ముందుకు వస్తుంది. మనం గాలి వదిలినప్పుడు తిరిగి దాని అసలు స్థానానికి చేరుతుంది, గాలి బయటకు విసర్జించబడుతుంది. శ్రద్ధతో పది రోజులు క్రమం తప్పకుండా చేస్తే డయాఫ్రం కదలిక నియంత్రించబడుతుంది అంతేకాక డయాఫ్రం ఉపయోగించి శ్వాస తీసుకోవడం అలవాటు అవుతుంది. ఉదయం మరియు సాయంత్రం కొన్ని నిమిషాలు సాధన చేయడం వల్ల ఇది అలవాటుగా మారి మన జీవితంలో ఒక అర్థవంతమైన భాగం అవుతుంది. 15,17

నిలబడి కూడా దీనిని సాధన చేయవచ్చు తల మెడ మరియు వీపు నిటారుగా ఉండాలి. పొత్తికడుపు పై చేయి యొక్క కదలికలు గమనించాలి నిదానంగా పొట్ట లోపలికి తీసుకుంటూ ఊపిరి వదిలి తర్వాత నిదానంగా బయటికి రానిస్తూ శ్వాస తీసుకొని ఊపిరితిత్తులను నింపండి అయితే దీనిని తీవ్రంగా చేయకూడదు.^{15,17}

జ్ఞప్తియందు ఉంచుకోవలసిన మార్గదర్శకాలు వాటి ప్రయోజనాలు: శ్వాస పూర్తిగా మరియు సజావుగా శ్వాసలో ఎటువంటి కుదుపులు గాని శబ్దాలు గానీ లేకుండా అవగాహనతో గాఢనిద్రలో ఉన్న బిడ్డ తీసుకునే శ్వాసకు సమానమైన స్థితిలో శ్వాస తీసుకోవాలి. ఉద్వాస, నిశ్వాస లకు మధ్య సుదీర్ఘ విరామం ఉండకూడదు. సరిగ్గా చేస్తే శ్వాస తీసుకున్నప్పుడు నాసికా రంధ్రాల చల్లదనం యొక్క అనుభూతి మరియు విడిచినప్పుడు వెచ్చదనం యొక్క భావన మనం గమనించవచ్చు. ఈ రకమైన శ్వాస వల్ల ఊపిరితిత్తులు శుద్ధి చేయబడతాయి, శరీరం చల్లబడి మరింత శక్తివంతం అవుతుంది, అంతర్గత ఒత్తిడి పోగొట్టి అద్భుతమైన విశ్రాంతిని ఇస్తుంది. ఇలా చేస్తే ఎవరైనా సరే చక్కని ఆరోగ్యం, ఉన్నతమైన అవగాహన మరియు స్పష్టతతో కూడిన ఆలోచనా విధానాన్ని అనుభవించవచ్చు.^{15,17}

హెచ్చరిక : ఎవరైనా సాధారణ శ్వాస అవగాహనా వ్యాయామాలు చేయవచ్చు కానీ అధునాతన పద్ధతులు ముఖ్యంగా శ్వాస స్థంభింప చేయడం లాంటివి సమర్థుడైన శిక్షకుని సమక్షంలో సరియైన మార్గ దర్శకత్వంలో నేర్చుకోవాలి మరియు సాధన చేయాలి. కొన్ని పద్ధతులు సన్యాస మార్గంలో ఉన్న వారికి మాత్రమే సరిపోతాయి. మనిషి జీవన విధానం మరియు స్వభావాన్ని బట్టి మరియు ప్రదేశాలను బట్టి యోగ పాఠశాలలో బోధించే పద్ధతులు వేరు వేరుగా ఉంటాయి. కొన్ని సాధనలలో మానవ జీవన విధానన్నే సమూలంగా మార్చుకోవలసి ఉంటుంది, అలా చేయకపోతే ఏ విధమైన ప్రయోజనం లేకపోగా హాని కలిగిస్తాయి.²⁵

4. మన శ్వాసని ఈవిధంగా ముందుకు తీసుకు వెళ్ళాం!

ఆనందంగా అవగాహనతో మన శ్వాసను మనమే క్రమం తప్పకుండా గమనించడం వలన నిశ్చల స్థితి మరియు అంతర్దృష్టి ఏర్పడతాయి. ప్రేమేనా స్వరూపం, సత్యమే నా శ్వాస, ఆనందమే నా ఆహారం, నా జీవితమే నా సందేశం, విశాల దృక్పథం నా జీవితం అంటూ మనందరికీ మార్గం చూపించడానికి భగవాన్ శ్రీ సత్య సాయి బాబా తన ఉపన్యాసంలో గానం చేస్తూ ఉండేవారు. మన శ్వాస గురించి మనం తెలుసుకోవడం, ప్రేమను చూపిస్తూ ఆనందించడం, శోధించడం మరియు శ్వాసే మనంగా మారిపోవడం ఎంతో

ముఖ్యం. ఇది జీవితంలో ఆనందాన్ని ఇవ్వడమే కాక నిరంతరం శ్రద్ధతో కొనసాగించినట్లయితే జనన మరణాలకు సంబంధించిన అతుచిక్కని భ్రమ కలిగించే చక్రాన్ని అధిగమించడంలో కూడా మనకు సహాయపడుతుంది !

రిఫరెన్స్ కోసం వెబ్సైట్ లింకులు :

1. Sathya Sai Speaks, Vol11 (1971-72), Chapter 9, Step by Step, para7, <http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume11/sss11-09.pdf>
2. Sathya Sai Speaks, Dasara Discourse, 12 October 2002, Soham-the right sadhana, page 3: <https://www.sathyasai.org/discour/2002/d021012.pdf>
3. Ayurveda & Breath, a discourse by Gurudev Sri Sri Ravi Shankar, 1st edition, 2010, page 7, 23.
4. Breathing process: <https://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=11056>
5. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/how-lungs-work>
6. <https://isha.sadhguru.org/in/en/wisdom/article/breath-bond>
7. <https://www.blf.org.uk/support-for-you/how-your-lungs-work/why-do-we-breathe>
8. Respiratory rate: <https://blog.epa.gov/2014/04/28/how-many-breaths-do-you-take-each-day/>
9. <http://www.normalbreathing.com/index-nb.php>
10. 6
11. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/vital-signs-body-temperature-pulse-rate-respiration-rate-blood-pressure>
12. Slow breathing good for health: <https://drsircus.com/general/breathing-live-longer/>
13. Nasal breathing: <https://www.livestrong.com/article/255298-mouth-breathing-vs-nasal-breathing/>
14. Nasal breathing: <https://breathing.com/pages/nose-breathing>
15. Alternate Nasal Breathing & Diaphragmatic breathing: A Practical Guide to Holistic Health by Swami Rama, The Himalayan Institute Press, Honesdale, Pennsylvania, 2005 edition, chapter 2, Cleansing, pages 19-22
16. <http://www.onepointeded.com/alternate-nasal-breathing.html>
17. Science of Breath, A Practical Guide by Swami Rama, Rudolph Balentine MD, Alan Hymes MD, Himalayan Institute of India, 2014 edition, p.62-67
18. Physiological and psychological effects of yogic nostril breathing: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4097918/>
19. Benefits of Alternate Nasal Breathing: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8063359
20. http://www.ijpp.com/IJPP%20archives/2005_49_4/475-483.pdf
21. Effect of disturbance in Nasal Cycle, a study: <https://www.intechopen.com/books/pathophysiology-altered-physiological-states/alteration-in-nasal-cycle-rhythm-as-an-index-of-the-diseased-condition>
22. Self-study on Nostril dominance: <https://yogainternational.com/article/view/self-study-nostril-dominance>
23. Techniques of breathing: Raja yoga, Conquering the internal nature, by Swami Vivekananda, chapter IV, the psychic prana, p.56 & Chap V, The Control of Psychic Prana, p.62-63, Advaita ashram Publication, Kolkata
24. Rhythmic breathing: <https://www.artofliving.org/in-en/breathing-techniques>
25. Caution: <https://isha.sadhguru.org/in/en/wisdom/article/dont-school-breath>

2. అవగాహనా సదస్సు దక్షిణ ఫ్లోరిడా యూఎస్ఏ 2019 జూలై 11- 14

దక్షిణ ఫ్లోరిడా పోర్టు లాడర్ డేల్ లో సీనియర్ అభ్యాసకులు^{11584 & 02787} ఇంటి వద్ద జూలై 13న ఒక అవగాహనా వర్క్ షాప్ నిర్వహించడం జరిగింది. ఇందులో పాల్గొన్నవారు అంతా కూడా వైబ్రియానిక్స్ రెమెడీలు తీసుకోవడానికి మరియు తమంత తాము అభ్యాసకులుగా ఉండటానికి శిక్షణ తీసుకోవడానికి చాలా ఆసక్తి చూపించారు. దీనికి ముందు మరియు తర్వాత లాడర్ డేల్ మరియు మియామి సాయి కేంద్రాలలో దీనిపై చర్చలు నిర్వహించడం జరిగింది. వీనిలో డాక్టర్ అగర్వాల్ గారు పాల్గొంటూ స్వామితో తన వ్యక్తిగత అనుభవాలను, వైబ్రియానిక్స్ మిషన్ విషయంలో స్వామి వారికి ఇచ్చిన ఆశీర్వాదాలు మరియు మార్గదర్శకత్వం గురించి తెలియజేశారు. ఈ రెండు సమావేశాలకు సభ్యులు అధిక సంఖ్యలో హాజరవడమే కాక వైబ్రియానిక్స్ గురించి మరింత సమాచారం

తెలుసుకోవడానికి చాలా ఆసక్తి చూపించారు.



3. AVP వర్క్ షాప్ పుట్టపర్తి, ఇండియా, 17-22 జూలై 2019

భారతదేశం నుండి ఆరుగురు, గాబన్(మధ్య ఆఫ్రికా), బెనిన్(పశ్చిమ ఆఫ్రికా), దక్షిణాఫ్రికా మరియు యు. కె నుండి ఒక్కొక్కరు



చొప్పున 10 మంది అభ్యర్థులు ఆరు రోజులపాటు విస్తృతస్థాయి స్థాయిలో నిర్వహించిన వర్క్ షాప్ లో AVP లు గా అర్హత సాధించారు. భారతదేశం నుండి మరియు విదేశాలనుండి నలుగురు అభ్యాసకులు కూడా వారి జ్ఞానాన్ని పునశ్చరణ చేసుకోవడానికి ఈ వర్క్ షాప్ లో పాల్గొన్నారు సీనియర్ అభ్యాసకుడు¹¹⁹⁶⁴ మద్దుతుతో ఇద్దరు సీనియర్ టీచర్లు^{10375 & 11422} నిర్వహించిన

ఈ వర్క్ షాప్ ఉత్తేజకరంగా మరియు ఇంటరాక్టివ్ సెషన్లతో జరిగింది. డాక్టర్ అగర్వాల్ గారు యు.ఎస్ నుండి ప్రైవ్ ద్వారా కొన్ని విషయాలలో మార్గదర్శకత్వం చేశారు. వర్క్ షాప్ లో శ్రీమతి హేమ్ అగర్వాల్ రోగుల కేస్ హిస్టరీ రాయటం విషయము లో అమూల్యమైన విషయాలను చెప్పారు. ఈ వర్క్ షాప్ లో ముఖ్యాంశం బోధనా పద్ధతిని అధ్యాయం వారిగా బోధించడం కాకుండా మరింత ఇంటరాక్టివ్ కేస్ స్టడీ పద్ధతి కి మార్పడం జరిగింది. ఈ వర్క్ షాప్ లో ఉపాధ్యాయులు మరియు సీనియర్ అభ్యాసకులు మాక్ క్లినిక్ ఏర్పాటు చేసి ఒకరు అభ్యాసకుడు మరొకరు రోగిగా అభినయించారు. ఈ వర్క్ షాప్ లో పాల్గొన్న వారు ఫార్మేట్

మరియు ప్రజెంటేషన్ అంశాల గురించి అధికారిక అభిప్రాయాలు తీసుకునే వ్యవస్థ కూడా ప్రారంభించబడింది. నూతన AVPలు అందరూ ఉత్సాహంతో మిక్కిలి భక్తితో స్వామి ముందు ప్రమాణం చేయడమే కాకుండా వెంటనే సేవ ప్రారంభించడానికి ఆసక్తిగా ఉన్నారు.

4. VP లు మరియు AVP ల నిమిత్తం పునశ్చరణ సదస్సు- రాజస్థాన్, ఇండియా- 2019 ఆగస్టు 25 - 27

రాజస్థాన్ రాష్ట్రంలో మారుమూల ప్రాంతాలలో ప్రస్తుతం పనిచేస్తున్న అభ్యాసకులకు తిరిగి శిక్షణ ఇవ్వడానికి ప్రస్తుతం ఉన్న



ప్రామాణికాల కు అనుగుణంగా వైపుణ్యాలను పెంచడానికి ఈ మూడు రోజుల సదస్సు నిర్వహించబడింది. ఈ శిబిరాన్ని నిర్వహించడానికి సీనియర్ టీచర్ ¹⁰³⁷⁵ మరియు ఇద్దరూ కోఆర్డినేటర్లు ^{10461 & 10462} తో కలిసి నెలల తరబడి గ్రౌండ్ వర్క్ చేయడం చేయడం జరిగింది. మొత్తం 14 మంది అభ్యాసకులను వీరిలో జైపూర్ నుండి నలుగురు, భిల్వారా నుండి పదిమంది. వీరంతా కంప్యూటర్ పై అవగాహన లేనివారు ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో తప్పనిసరిగా చేయవలసిన 'ఈ కోర్సు'

చేయనివారు, అందువల్ల వీరిని స్వయంగా మాన్యువల్ గా ఈ కోర్సు పూర్తి చేయడానికి వారి జ్ఞానాన్ని మెరుగుపరచుకోవడానికి ఏర్పాట్లు చేయడం జరిగింది. భిల్వారా లోని సాయి సెంటర్లో సీనియర్ వైబ్రయోనిక్స్ ప్రాక్టీషనర్ ¹¹⁹⁶⁴ మద్దతుతో సీనియర్ టీచర్ ¹⁰³⁷⁵ ఈ సదస్సును హిందీలో నిర్వహించారు.

వైబ్రయోనిక్స్ యొక్క చరిత్ర మరియు అభివృద్ధి, అభ్యాసకుల బాధ్యతలు, రెమెడీల ఎంపిక, తయారీ మరియు నిర్వహణ, రోగుల చరిత్రను రికార్డు చేయడం ఈ సమావేశంలో తెలియజేయడం జరిగింది. పాల్గొన్నవారు ఫ్రైప్ ద్వారా డాక్టర్ అగర్వాల్ గారితో నేరుగా ఉత్సాహవంతంగా సంభాషించే అవకాశం కలిగి విషయాల పట్ల స్పష్టత పొందినందుకు ఎంతో ఆనందించారు. డాక్టర్ అగర్వాల్ గారు నిబద్ధత తో కూడిన గుణాత్మకమైన సేవను, ప్రేమ మరియు కరుణ తో అందిస్తూ వృత్తి వైపుణ్యం కలిగి ఉండడం యొక్క ప్రాముఖ్యతను నొక్కి చెప్పారు.

ముఖ్యాంశం ఏమిటంటే ఇక్కడ నిర్వహించిన అనేక సెషన్లలో మోడల్ క్లినిక్ ఏర్పాటు చేసి పాల్గొన్న వారి చేత ఒకరు పేషెంట్లుగా మరొకరు అభ్యాసకునిగా అభినయం చేయించారు. ఇది రోగి మరియు అభ్యాసకుని మధ్య పరస్పర అవగాహనపై వారికి అంతర్దృష్టిని చిప్పింది. మూడు రోజులపాటు సాయంత్రం చీకటి పడే వరకు చర్చలు జరిగినా సభ్యులంతా ఎంతో ఉత్సాహంగా దీట్లో పాల్గొనడం విశేషం. దీనికి అనుబంధంగా ప్రతి మధ్యాహ్నం వాస్తవమైన క్లినిక్ కూడా ఏర్పాటు చేయడం వలన ఆ విధంగా 30 మంది రోగులకు చికిత్స చేయడం కూడా జరిగింది. ఈ వర్క్ షాప్ శక్తిని ఆత్మవిశ్వాసాన్ని కలిగించిందని వారి ఉత్సాహం ద్వారా స్పష్టమైంది. ఈ వైబ్రయోనిక్స్ సేవ స్వామి వారికి అప్పగించిన పనిగా భావించి ముందుకు తీసుకు వెళ్ళామని అందరూ ప్రతిజ్ఞ చేశారు.

ఓం శ్రీ సాయి రామ్!

సాయి వైబ్రయోనిక్స్... ఉచితమైన, నాణ్యమైన వైద్య సంరక్షణ దిశలో - రోగులకు ఉచితం